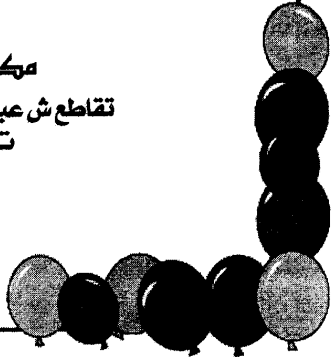




ظمالك في أعوامه الأولى

إعداد
فاطمة الزهراء فلياً

مكتبة جزيرة الورد
تقاطع ش عبد السلام عارف مع ش الهادي
ت: ٠٥٠/٢٢٥٧٨٨٢



حقوق الطبع محفوظة

رقم الإيداع ٢٠٠٣/٢٥١٥

مكتبة جزيرة الورد
تقاطع ش عبد السلام عارف مع ش الهادي
ت: ٠٥٠/٢٢٥٧٨٨٢

طفلى

أطفالنا... أكبادنا

تلدنا أمهاتنا قطعاً صغيرة من لحم

بالمحبة ترعانا... بالشوق تهد هدنا

بسمتنا حياة

وأهاتنا مأساه

إنها رحلة الحياة

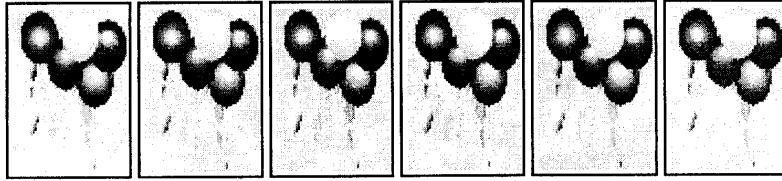
التي لا تنتهى... جيل يعطى جيلاً

محبة عظيمة تكفى لكل البشر

وآه... ما أجمل ضحكة طفل يناغى فى الليل

فتسهر أمه بجانبه مهما تعبت

فحبها أقوى من الألم



الولادة

الولادة تتويج لتجربة تخوضها الأم منذ لحظة بدء الحمل ولكن ظروف بعض الأمهات تجعلهن لأسابيع بل لشهور عقب الولادة لا يشعرون بجمال هذا الانجاز الإنساني وإنما يتعرضن لنوبات من الكآبة التي تستعصى على التفسير .

الحمل الطبيعي هو البداية الحقيقية



يتم نمو الجنين من لحظة إخصاب. اتحاد الحيوان المنوي في الرجل بالبويضة الأنثوية في المرأة إلى ساعة خروج الطفل إلى النور في ٢٨٠ يوما أي نحو من عشره شهور قمرية أو تسعة شهور شمسية (ميلادية) وفي الموسوعات الطبية وقائع تشير. إلى حمل طال أكثر من هذه الفترة فإذا صح ذلك ففي أحوال غير عادية وظروف شاذة إلا أن كثير من الأطباء أجمعوا على أن كل حمل تفوق مدته ٣٠٠ يوم تكون موضع شك وخطأ في الحساب.

أما أقصر مدة للحمل فإن الثابت أن الجنين الذي يولد قبل تمام الشهر القمري السابع أي قبل ٢٨٠ اسبوعا من الأخصاب يندر أن يكون قابلا للحياة.

ويمكن تقسيم علامات الحمل إلى قسمين:

(أ) علامات أكيدة.

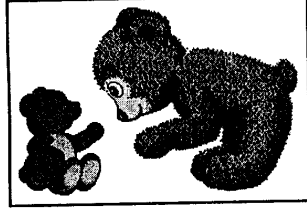
(ب) علامات لا يمكن الجزم بها.

وأبرز العلامات الأكيدة إشتان :

١ . سماع ضربات: قلب الجنين بواسطة السماعة الطبية وذلك بين الشهرين الرابع والخامس.. الاحساس بحركات الجنين ويمكن أن تحس بها الأم بوضع يدها على بطنها في الشهر الرابع كما يمكن رؤيتها بالأشعة في الشهر الخامس.. أما أبرز العلامات غير الأكيدة فهي انقطاع الحيض وهو ينقطع مباشرة بعد الاخصاب ولا يعود إلا بعد الوضع ببضعة شهور.

٢ . تغييرات تطرا على الثديين فيكبر حجمهما في نهاية الشهر الثاني

وتتضخم الحلمتان وتميل الهالة المحيطة بهما إلى السمرة بعد أن تكون وردية اللون عند الفتيات والنساء اللواتى لم يحملن ومع تضخم الحلمتين تظهر حبيباتهما أكثر بروزاً وفى الشهر الثالث يتوفر اللبن فى الثديين.



٣. تغييرات الأعضاء التناسلية: يصير لون الجزء الظاهر من عضو المرأة التناسلى ضارباً إلى السمرة ولدى النساء السمرات يتحول لونه إلى لون بنى غامق أو أسود.

إن اجتماع هذا العدد من العلامات يرجح وجود الحمل بينما لا يكفى ظهور واحدة منها لتأكيد.

٤. كبر بطن الحامل باضطراد شهراً بعد شهر.

إن الحيض عند المرأة دليل أكيد على أن صاحبتة مؤهلة من جهة السن على الحمل ويظهر الحيض عند بنات المناطق الحارة عادة بين سن العاشرة والثانية عشرة وعند بنات المناطق الأقل حرارة بين ١٢، ١٣ أما بنات المناطق المعتدلة فلا يعرفن الطمث قبل الرابعة عشرة أو السادسة عشرة وكما أن الحيض يظهر مبكراً كذلك فقد يتأخر إنقطاعه حتى سن متأخرة وفى بعض الحالات الطبية أن الطمث فى حالات نادرة مثل التاسعة من العمر. وحالات أخرى فقد ثبتت حالات عديدة تأخر فيها ظهور الطمث كثيراً منها امرأة بلغت الثلاثين من عمرها قبل أن يأتها الطمث وبالطبع لم تحمل ولم تتجب حتى هذه السن وهناك حالة أخرى أكثر ندرة هى أن امرأة تأخر طمثها حتى السابعة والأربعين والقاعدة العامة هى أنه لا يمكن حدوث الحمل قبل ظهور الحيض أما حالات انقطاع الحيض بصورة مؤقتة فلا تمنع الحمل بشرط أن يظهر بعض الحيض من وقت لآخر وتؤكد الأبحاث أن حملاً قد حدث فى احوال كانت النساء فيها قد انقطعن عن الطمث ولقد ذكرت هذه الأبحاث أن هناك امرأة وضعت فى سن الخامسة والخمسين وكان الحيض قد انقطع عنها من سنتين وروى هذه الظاهرة أطباء آخرون أما الدكتور «لاراس» فروى أنه شاهد امرأة انقطع عنها الحيض خمس سنوات سابقة لسن التاسعة والخمسين حملت وولدت طفلاً صحيحاً وأرضعته وفطمته عندما

بلغت الستين من عمرها .



وبعد التأكد من أن المرأة حامل ينبغي لها أن تستعد لاجتياز أخطر مرحلة في حياتها مرحلة المحافظة على الحياة التي انبثقت في أحشائها ومساعدة المخلوق الذي يبدأ خلية منقسمة لا شكل لها إلى علقه فمضغة ثم يأخذ أبعاده البشرية على مر الشهور .

وكان المعتقد السائدة في السنوات السابقة أن

الشئ الوحيد المطلوب فعله من الأم الجديدة هو الانتظار انتظار فترة الحمل إلى أن تنتهي لتضعه وتستريح ويجمع الباحثون والاختصاصيون على أن الشرط الأول لنجاح الحمل والولادة هو ما يسمى علميا «العناية الصحية - النفسية» أو «العناية الصحية - العصبية» ذلك أن الحالة العصبية للمرأة الحامل تنعكس سلبا وإيجابا على حالتها النفسية إذ ليس من حالة عصبية لدى أى مخلوق بشرى تبقى بمنأى عن وضعه النفسى .

إن الحمل والولادة وظيفتان أساسيتان من الوظائف الجنسية للمرأة ويتعبير أشمل من حياة المرأة الجنسية ومواجهة المرأة لحملها وولادتها تكفيها بالضرورة طريقتهما في مواجهة مشكلاتها الجنسية الأخرى.. ومن هنا يبدو لنا عدم اختفاء الصفة الدراماتيكية على الحمل والولادة عاملا مهما جدا في إخفاء التوازن على أخصاب المرأة ونفسيته وهذا لا يغير الاستخفاف بهذين الحدثين فهما خطيران فعلا بل ربما كانا أخطر ما تواجهه المرأة في حياتها كلها إلا أن انجاحهما يكون في العناية الواعية والسيطرة الدائمة على الانفعالات النفسية والثورات العصبية .

والواقع أن «كابوس» فترة الحمل هو خوف المرأة من معاناة الوضع وبخاصة إذا كانت تنتظر مولودها الأول هذا الخوف الذى يرافقها طوال الشهور التسعة وهو لا يقتصر عليها وحدها بل نجدها خائفة على وليدها المنتظر .

لذلك فإن زيارة واحدة للطبيب أثناء الحمل أو قبله وحوار بينها وبين الطبيب كافيا لمسح المخاوف من ذهنها فإذا لقي شئ فلن يكون بالضخامة التى تبليب أفكارها .

واء... واء... ونفس عميق



ما الذى يحدث فى الأيام التى تسبق الوضع؟

لا بد أنك على نار وشوق يا سيدتى لمعرفة الأعراض التى تتناوب فى تلك الأيام الحاسمة وبخاصة إذا كنت تحملين للمرة الأولى فى حياتك.

أنه يمكنك أن:

- الأحساس بانقبضات رحمية أكثر حدة مما اعتدت الاحساس به خلال شهور الحمل الماضية وبصورة خاصة ليلا حين تذهبين للنوم وهذه الانقباضات تتلاحق خلال ساعة أو ساعتين.

- الشعور بثقل فى أسفل بطنك قد يبلغ حد مضايقتك أثناء المشى ويفرض عليك التوقف بعد السير مسافة غير طويلة وإذا مشيت بسرعة.

- الاحساس بتصلب ظهرى - قطنى أى فى الفقرات السفلى من عمودك الفقرى وهذا التصلب قد يبلغ من الحدة درجة تسبب لك ألما شديدا.

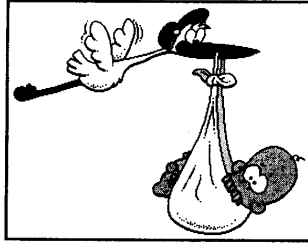
- تعانى أعراضاً بسيطة شبيهه بتلك التى تعانيتها قبل حدوث الطمث الشهري وهى عبارة عن هبوط فى النشاط - توتر عصبي غالبا وهدوء كامل فى بعض الأحيان - نوم مضطرب وهذه الأعراض علامات تعنى أن المرأة الحامل أصبحت على لياليها أى أن الجنين يتأهب للخروج من أحشائها إلى النور بعد أن يكون نموه قد اكتمل وشارفت حياته الرحمية على الانتهاء.

يبدأ الوضع على ثلاث صور:

(١) انقباضات رحمية منتظمة ومتناغمة فى النهار والليل.

(٢) تمزق جيب الماء وتدفق سائل اتزوجى اللون شبيهه بالبول ولكنه أشد كثافة منه يراوح مقداره بين ٣٠٠، ٥٥٠ سم مكعب فى المتوسط.

(٣) بازالة السدادة المطاطية تدريجيا بحيث تقذف إلى الخارج على شكل بلغم لزج ممزوج بكثير أو قليل من الدم.



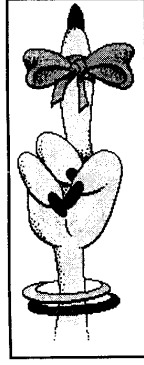
إذا ظهرت هذه الأعراض اعلمى أن
البداية قد بدأت فاستعدى للمرحلة التالية
بانقباضات رحمية أو بتمزق الأغشية.
وعندما يتم تزيق الأغشية يحدث أمر من
اثنين:

١ - إذا كان الطبيب المولد قد أخبرك فى
الفحص الأخير أن وضع جنينك طبيعى أى أن رأسه إلى أسفل فلا يبقى عليك
سوى الانتظار بكل هدوء.

أما أنت فعليك أن تتسلحى بكل شجاعتك وأن تتذكرى أن ادارة الدقة بيدك
وحذك فإنك امرأة بالغة وتقضين على عتبه أقدس وظيفه فى الحياة ألا وهى
الأمومة.

عندما ينزلق الجنين يتلقاه الطبيب أو القابلة قد تبدى الوالدة رغبة فى
مشاهدته أو لمسه ومن المستحسن أن يسمح لها بذلك رفعا لمعنوياتها. حين تستمع
إلى أجمل صراخ فى حياتها .. واء.. واء.. أنا عايز ماما .

تقوى .. بألف سلامة



يوصى الأخصائيون بالنهوض المبكر للمرأة بعد الوضع وفى رأيهم أن بوسع الوالدة أن تنهض لمغادرة غرفة التوليد مباشرة وفى كل حال وإذا جرت الولادة طبيعياً يحسن بالأم مغادرة السرير حالاً وفى غضون ست ساعات أو ١٢ ساعة إذا أجريت لها مداخلة جراحية وخلال ٢٤ ساعة إذا ما استخدم ملقط الجنين مع التخدير.

ومع ذلك فالنهوض المبكر ينبغى أن يتم بتؤدة وحكمة وهولا يعنى أبداً أن تمارس الوالدة جميع الأعمال التى اعتادت على ممارستها قبل الولادة وبكلمة يحسن أن يتم النهوض بصورة تدريجية وتحت المراقبة.

وينصح الأخصائيون بالتدرج التالى:

- اليوم الأول: النهوض مع المشى لمدة خمس دقائق لمرة واحدة.

- اليوم الثانى: النهوض مع المشى لمدة عشر دقائق مرتين.

- اليوم الثالث: النهوض مع المشى لمدة ١٥ دقيقة ثلاث مرات.

- اليوم الرابع: النهوض مع المشى لمدة ١٥ دقيقة أربع مرات.

وفى الأيام التالية يفضل الأخصائيون الإكثار من النهوض ولكن لمدد غير طويلة ولا ينصحون بالوقوف الطويل دون حراك كما يمكن أن تفعل بعض الوالدات للتجمل وتسريح الشعر.

يشدد الأخصائيون على أن النهوض للمرة الأولى يجب أن يتم بحضور الممرضة ومساعدتها وهم ينصحون بعدم أخذ المبادرة من قبل الوالدة دون استشارة الطبيب المولد مع ذلك فإن بوسطة القيام بجولة قصيرة فى اليوم الخامس داخل المنزل أو فى حديقته إذا كان الجو ملائماً.



كذلك ينصح الأخصائيون بممارسة الرياضة في غضون الساعات الاثنتى عشرة التى تلى الوضع ولا سيما القيام بحركات للساقين على الصورة التالية.

● طلى الرجل على الساق وتحريكها بشكل دائرى بين اليمين إلى اليسار.

● طلى الرجل على الفخذ ثم تركها تنزلق على فراش السرير.

ويحظر على الوالدة القيام بحركات رياضية تباعد ما بين ساقىها وبخاصة إذا كانت قد أجريت لها عملية تخييط لأن هذه الحركات تحول دون التئام جراحة الأنسجة أما الحركات المسموح بها فتمارس ٤ - ٥ مرات صباحا ومساء وفى اليوم الثالث والرابع يصبح بوسعك إضافة حركات تقليص البطن - الشد والارخاء.

وفى اليومين الخامس والسادس يسمح بخفض الصدر باتجاه البطن (الوضع جلوس والذراعان ممدودتان إلى الأمام وهذه الحركات تضاف إلى حركات الأيام الأولى على أن تقوم بها الوالدة كل يوم صباحا ومساء عشر مشرات وتستمر طوال الشهر الذى يلى الوضع وحلقاته برجلاته - حلقة ذهب فى وداناته.

رضعى طفلك من ثدييك



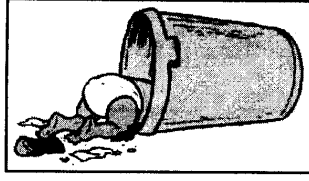
أثبتت كل الأبحاث الطبية أن الرضاعة الطبيعية من لبن الأم تحمى الطفل عندما يكبر من الإصابة بتصلب الشرايين فقد ثبت من نتائج البحث أن ٦٠ طفلا يرضعون رضاعة طبيعية ورضاعة صناعية وتم فى هذا البحث أن قياس الدهون فى الدم من حيث الكمية والنوعية فاثبتت الدراسات أن دهنيات الدم الموجودة فى المجموعة

التي رضعت من لبن الأم تحتوى على نسبة كبيرة من نوعية من الدهون الفوسفورية التي تدخل مباشرة وتركيز كبير فى تركيب خلايا المخ وإذا علمنا أن المخ يبلغ ثلث وزن مخ الانسان البالغ فى نهاية السنة الأولى من عمره ويبلغ أربعة أخماس وزن المخ البالغ فى نهاية السنة الثانية فقد أثبتت النتائج أن التركيب النهائى وبالتالى قدراته تتحدد خلال السنتين الأوليين من العمر ولما كان لبن الأم يحتوى على الدهون الفوسفورية اللازمة لتركيب المخ فإن معنى هذا أن الأم المرضعة تضمن لطفلها النمو الطبيعى للجهاز العصبى.

ولقد طرحت فى الأسواق العالمية كمية كبيرة وأصنافا من الألبان الصناعية بذل خبراء التغذية جهود كبيرة لجعلوها تحمل صفات اللبن الطبيعى ولكن بالرغم من هذه الجهود فإن أفضل هذه الأنواع لا تقارب فى شئ لبن الأم الذى تتوافر فيه بعض العناصر التي لا يمكن نقلها إلى اللبن الصناعى.

ويقول الخبراء أن لبن الأم يحتوى على كل العناصر والمواد التي يحتاجها الطفل فى الشهور الستة الأولى من عمره مما يغنيه عن تناول أى فيتامينات أو معادن أو عصائر فى هذه الفترة كما يحتوى لبن الأم على كثير من الفوائد الغذائية ومنها الكولسترول وهو السائل الذى يسبق نزول لبن الأم فى الأيام الأولى بعد الوضع والذى يحتوى على مواد أمينية تحمى الطفل من الإصابة بالعدوى والتلوث كما أن لبن الأم يكون دائما نظيفا ومعقما لذلك نلاحظ أن الأطفال الذين

يرضعون طبيعيا لا يتعرضون للإصابة بالاسهال بالنسبة التي يصاب بها الأطفال الذين يرضعون صناعيا .



وأكدت الأبحاث العلمية أن الأطفال الذين يرضعون طبيعيا لا يظهرون أى حساسية تجاه لبن الأم كما أنهم لا يتعرضون للإصابة إلا بثلاث الأمراض التي يتعرض لها الأطفال الذين يرضعون صناعيا فى السنة الأولى من العمر

وتؤكد هذه النتائج النظرية التي يؤمن بها كثير من الخبراء التي تقول أن الطفل الذي يرضع طبيعيا أو لفترة صغيرة يتحصن ضد الإصابة بالأمراض المعدية فيما بعد .

نتيجة لكل هذه الأبحاث فإن الخبراء والمتخصصين يرون أن لبن الأم هو أفضل غذاء للطفل ولا يمكن ابداله بأى لبن صناعى أو غذاء آخر .

وقد يختلف لبن امرأة عن امرأة أخرى أو حتى تختلف نوعيته عند نفس الأم من اسبوع لآخر ولكن هذا فى شئ على الفائدة التي يحصل عليها الطفل ..

ومع حلول فصل الصيف يصاب الأطفال الرضع بالنزلات المعوية التي تسبب أكثر نسبة للوفيات بينهم وهى إما نزلات بسيطة تنتج عن عدم تنظيم مواعيد رضعات الطفل أو إعطائه غذاء غير مناسب كالأطعمة الدهنية والبطيخ والشمام أو نزلات أشد خطورة تسببها أنواع معينة من الميكروبات حين يتناول الطفل طعاما ملوثا وأعراض النزلات البسيطة إسهال وقئ وارتفاع فى درجة الحرارة وربما جفاف فى الانسجة نتيجة فقدان السوائل والأملاح من الجسم فيشعر الطفل بعطش شديد ويفقد الجلد مرونته وهنا يحتاج الطفل للعلاج السريع بمعرفة الطبيب لاعطائه المحاليل والرضاعة الطبيعية هى المفتاح السحري الذي تملكه كل أم للعناية بصحة طفلها .

وفى هذه الحالة فإن العبء كبير على الأم فى تنظيم مواعيد الرضعات ومراعاة النظافة العامة ومكافحة الذباب إلى جانب نظافة طفلك الخاصة .

وينصح كل أم إذا أصيب طفلها بقئ أو إسهال أن تمنعه عن الرضاعة لمدة ١٢ ساعة يعطى خلالها سوائل بسيطة كالليموناده والشاي الخفيف فإذا لم يتوقف الإسهال والقئ أو زادت حالته سوءاً فلا بد من عرضه فوراً على الطبيب .

الببرونه تجعل طفلك بدينا

الأطفال الذين يعتمدون في غذائهم على الرضاعة الصناعية (الببرونه) أكثر تضرراً للبدانة في الكبر بنسبة ٤٠٠٪ من الأطفال الذين يعتمدون على الرضاعة الطبيعية وأن هؤلاء الأطفال يصبحون عند البلوغ أكثر بدانة وبما أن البدانة عامل جوهري خطير يتسبب في كثير من الأمراض فإن التأثير الوقائي للبن الأم يمكن أن يكون له نتائج بعيدة المدى على صحة الطفل وحيويته.

سوائل أخرى للرضيع

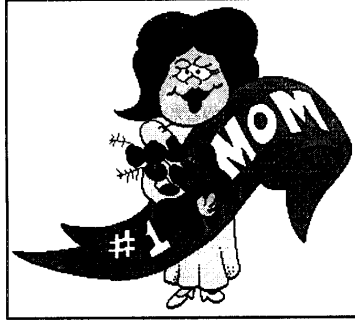


الطفل يحتاج إلى لبن الأم في الأشهر الثلاثة الأولى بشكل رئيسي فهو من حيث التغذية يعتبر لا غنى عنه فالرضاعة من الثدي تعتبر الغذاء الكامل للطفل وهي استمرار لمسئولية الأم في تغذية جنينها عن طريق الحبل السرى. نمو الرضيع يكون أفضل في حالة الرضاعة من الثدي كما أن ثدى الأم مأمون

ومعقم ومن الملاحظ أن نسبة الإصابة بمرض الحصبة في حالة رضاعة الثدي أقل بكثير عنها في حالة الرضاعة لبن خارجي والطفل الرضيع يكون أكثر استقراراً نفسياً وأن نسبة الأملاح في ثدى الأم أقل عنها في اللبن الحيواني وكذلك لبن الثدي أكثر هضمًا من اللبن الحيواني فالمعدة تحتوى في حالة اللبن البقرى على مكونات أكثر وهذه لا توقف أو تقلل نمو البكتيريا أو تساعد على الهضم في المعدة.

كما أنه في كل مرة يرضع فيها الطفل ينصح الخبراء أن يترك الطفل على الثدي ثم الثدي الآخر للحصول على أكثر قدر يريده من ثدى الأم ولا يترك الثدي

قبل أن يتم رضاعته ويشبع كما يجب أن تكون الأم مستريحة وهى تقوم بعملية الرضاعة.



ويجب ألا تحاول الأم إرغامه على توجيه رأسه نحو ثديها لأن ذلك يريكه ويحيره ولا بد أن تراعى الأم ألا يضغط الثدي على أنف الطفل مما يجعل تنفسه عسيرا وفى هذه الحالة ينبغى إبعاد الثدي عن أنف نفسه حتى يتسنى له أن يتنفس بارتياح ويتمكن من الرضاعة وغالبا ما يبتلع الطفل الهواء مع ابتلاع اللبن ويصبح غير مرتاح

وفى هذه الحالة يجب مساعدة الطفل على اخراج الهواء ويتم ذلك بأن يحمل الطفل على الكتف عموديا ويرتب على ظهره برفق فيخرج الهواء وبعد أن يتم إخراج الهواء قد يرغب الطفل فى الرضاعة لفترة أخرى فيجب.

تشبيعه على ذلك والتغذية للطفل لابد أن تشتمل منذ الشهر الرابع إمداده بالسوائل مثل عصير البرتقال أو الطماطم أو العنب وشورية الخضار وماء البليلة وماء الفول بعد تصفيته مضافا إليه قليل من الماء ويعطى الطفل من معلقة إلى معلقين تدريجى كما يلزم إعطاء الطفل أحد مركبات فيتامين (أ) للوقاية من الكساح أو تعريض جلد الطفل تدريجيا لأشعة الشمس بعيدا عن الأماكن المتربة حتى يمكن أن تصل الأشعة فوق البنفسجية إليه ومع وصول الطفل للشهرين الخامس والسادس يكون لبن الأم غير كاف لا مداد الرضيع باحتياجاته الغذائية لذلك يجب تغذية الطفل بالأغذية التكميلية الأخرى بجانب استمرار الرضاعة من الثدي ويخفف عدد الرضعات للطفل إلى خمس رضعات يوميا ويعطى رضعة كل أربع ساعات تقريبا ويمكن إضافة صفار البيض المسلوق. ويمكن إعطاء الفول المدمس والعدس المصفى والجبن القريش ويجب أن تعودى طفلك فى هذه السن على تناول هذه الأغذية باستعمال الكوب والمعلقة وأما التغذية فى الشهر السابع فيمكن إضافة الكبد المسلوق ثم بعد ذلك تستطيعين إعطاء طفلك الموز المهروس

باللبن والبطاطا والخضر والفاكهة ويخفض عدد الرضعات من الشهر الثامن والتاسع إلى أربع رضعات ويمكن إضافة اللحوم الحمراء المسلوقه فى الشهر العاشر والحادى عشر والثانى عشر وبذلك تمهدى إلى طفلك بعد انتهاء سنته الأولى أن ينتقل تدريجيا من فترة الرضاعة إلى فترة التغذية الكاملة وهذا لا يمنع استمرار الرضاعة إلى السنة الثانية.

شهية الطفل



هذه الكلمة نسمعها كثيرا تردها الأم فى قلق وعصبيه شديدين وهى تصف شهية طفلها وحين تقول الأم ذلك يجب أن نبحث عن السبب فكثيرا ما تكون الأم من النوع القلق الحاد المزاج الميال إلى المبالغة فى الكلام ودائما نجد الأم تبالغ فى وصف الأعراض التى يصاب بها طفلها

كأن تقول ساخن كالنار أو أنه عمى من البكاء أو أنه لم يذوق الطعام منذ يومين وعندما يسألها الطبيب وماذا تناول منذ الصباح حتى الآن وتجب من خلال دموعها .. نصف كوب لبن وبيضة مسلوقة وملعقتين أرز وخضار وهذا طبعا يكفى لطفل تجاوز العام بشهر وهو فى مرحلة التسنين حيث تنخفض الشهية دون المعدل الطبيعى.

عموما نترك الأم ومبالفتها وحنانها الزائد ونرى الحقائق التى يجب على الأم أن تعرفها حتى يمكنها أن تحكم على شهية طفلها ومدى كفايتها لضمان نموه طبيعيا .

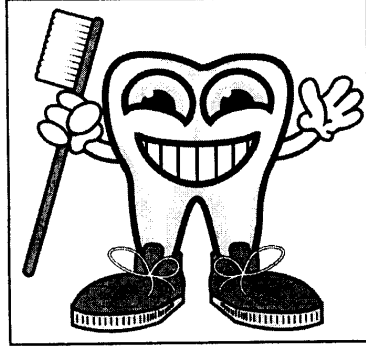
الحقيقة الأولى أن الطفل يزداد وزنه خلال العام الأول من عمره بمعدل ٧٠٠ - ١٠٠٠ جم شهريا وبعد عام تبدأ هذه الزيادة فى الانخفاض لتصل إلى معدل مائة جرام شهريا فقط بالتالى فإن الطفل سينخفض احتياجه للغذاء إلى العشر تقريبا .

ولذا فإن الأم يجب ألا تصيبها الدهشة والذعر وهي تجد أن طفلها أصبح لا يشرب لتر اللبن الذى كان يستهلكه منذ اسبوع واحد بل إنه مع الأغذية الأخرى التى بدأ يعتاد عليها بانتظام قد يرفض أخذ اللبن تماما وهنا تسأل الأم «هل لابد من إرغام الطفل على شرب اللبن الإجابة هي «لا وبكل تأكيد» وذلك لأن اللبن هو الغذاء الرئيسى للطفل قبل الفطام فإنه يفقد معظم أهميته بعد الفطام لأن الطفل قبل الفطام فإنه يفقد معظم أهميته بعد الفطام لأن الطفل إذا أكل ٥٠ جم من الجبن أو طبقا من المهلبية أو الأرز باللبن أو البودنج أو اللبن الرائب فإن ذلك يعطى نفس فوائد ٤٠٠ جم من اللبن تقريبا ومع ذلك فإذا كانت الأم ترغب بشدة فى أن يشرب طفلها اللبن فإنها يمكن أن تغير من هيئته وطعمه بأن تقدمه على شكل كاكاو ساخن أو مثلج ويصبح شرب اللبن هنا عملية طريفة للطفل مختلفة عما تعود عليه من قبل.

أما إذا أصر على الرفض ففى الجبن أو اللبن الرائب والمهلبية إلخ.. الكفاية إما الحقيقة الثانية فهي أن شهية الطفل تهبط كثيرا مع عوامل مختلفة فإذا كان الطفل مريضا أو هناك بعض الأسنان فى طريقها للظهور مع تورم فى اللثة أو كان الجو شديد الحرارة فإن رغبة الطفل فى الأكل ستقل وهنا يكون العلاج للسبب وليس بمحاولة إرغام الطفل على الأكل رغما عن أنفه.

والحقيقة الثالثة أن الطفل من سن سنه ونصف تقريبا فى تكوين ذوقه ويبدأ هذا بأن يرفض بعض ألوان من الطعام وبأن يرفض مساعدة والدته فى أطعامه ويرغب فى الامساك بالمعلقة وأطعام نفسه بنفسه.

التسنين



تبدأ أسنان الطفل العادى فى الظهور بين الشهر السادس والشهر الثامن ولا داعى للقلق إذا تأخر ظهورها فإذا كان طفلك يحصل على كميات كافية من الحليب «اللبن» والهواء النقى والتمرينات والراحة فإن أسنانه سوف تنمو جيدا .

وقد تمر مرحلة التسنين بسهولة فلا تلاحظين أية أعراض على الطفل إلى أن تظهر الأسنان أو قد يشعر الطفل ببعض الضيق والآلام أثناء ظهورها وإذا زاد ألم الطفل وضيقه يمكنك إعطاؤه محلول لإضاعة الألم وهو عبارة عن مسكن للألام .

كيف تتصرف الأم فى هذه الحالة؟

إذا كانت الأم قد بدأت فى تعويده على استعمال المعلقة منذ فترة طويلة فلا شك أنه قد عرف تماما استخدامها ويمكنها أن تتركه يطعم نفسه فترة ثم تستكمل هى إطعامه أما إذا كانت قد بدأت فطامه متأخرا ولا يعلم الطفل شيئا عن المعلقة فالحل أن يجلس على ركبته وتمسك المعلقة ويده فى يدها وتبدأ فى نقل الطعام من الطبق إلى فمه بالمعلقة وبعد أن تنتهى الوجبة تترك له المعلقة وبعض الفتات أمامه وإذا رفض الطفل الجلوس والاكل بهذه الطريقة فيمكنها أن تحبس أمامه وتعطيه معلقة بلا ستيك يلهو بها محاولا تقليدها بينما تطعمه هى ..

وأحيانا تتحول المنطقة المحيطة بالطفل إلى مزيلة لأنه سيرمى الطعام على الأرض وسيضع المعلقة فى أنفه وعلى رأسه وعلى خده وعلى ملابسه والاعتراض حقيقى ولكن الحل هو تقبل المشكلة ومحاولة حلها أما بإطعامه فوق مشمع يقى الأرض من فضلاته أو بإطعامه فى المطبخ رأسا وفى الحالتين سيحتاج إلى غسل جيد ليديه ورأسه ووجهه بعد الوجبة ولكن لابد للطفل من أن يتعلم بالتجربة أما إذا أصرت الأم على إطعام طفلها بنفسها فأمامها احتمالان :

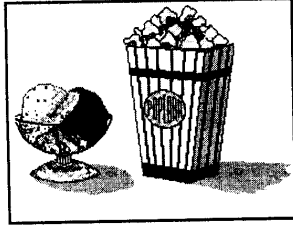
• الاحتمال الأول : أن يتعود الطفل على هذه الطريقة وستجد الأم أن طفلها قد يبلغ من العمر ثلاث سنوات مثلا وما زال يحتاج إليها لطعامه.

أما الاحتمال الآخر وهو أخطر فقد يثور الطفل على طريقة الأكل هذه وتتحول أوقات الأقل بالنسبة له إلى معركة هو الخاسر فيها دائما وسلاحه الوحيد هنا هو الامتناع عن الطعام وتجد الأم أنه يقبل معلقتين أو ثلاثة من الوجبة ثم يقفل فمه ويرفض الأكل تماما ولا شك أن الجهد الذي يبذل في التنظيف بعد الوجبة إذا اتبعنا الطريقة السليمة أهون بكثير من كلا الاحتمالين.

والحقيقة الرابعة أن الطفل إذا رفض الزيادة مثلا فيجب عدم الإصرار على تقديمه له بل يسحب من قائمة طعامه لأسبوع أو اثنين ويستبدل به الجبن أو المهلبية أو البودنج كذلك إذا رفض الخضار فيستبدل به فواكه أو إذا رفض اللحوم ففى البقول والبيض والسّمك العوض الكافى . أى أننا يجب أن نترك له فرصة رفض صنف معين من الأكل دون إصرار على تقديمه له بمجرد أننا ندرى أنه مغذ أو أن الأم أنفقت وقتا ومالا فى تجهيزه فالإصرار هنا يحول الوجبة إلى معركة بين الأم والطفل تربط الأكل فى ذهنه بالبكاء والخناق ويصبح موعد الأكل بالنسبة له موعد عذاب يحاول أن يهرب منه دائما بأن يغلق فمه والإصرار عن الامتناع عن الأكل والعلاج هنا هو الاستبدال أى أنه إذا رفض أحد أنواع النشويات فيستبدل به نوع آخر منها فالخبز والأرز والقمح والمهلبية والبسكويت والمكرونات والشعرية والبطاطس كلها وجبات تبادليه وهكذا بالنسبة للبروتينات والدهنيات من الحقائق السالفة نجد أنها تدور حول معنى هام يجب عند اطعام الطفل أن يكون مستمتعا بوقت الأكل وبالتالي يستمتع بأكله شهية.

كل ما سبق هو عن سنه فى سنه إلى سنتين أو ثلاث.

الخبراء السليم لطفلك فى مراحل حياته الأولى



التغذية السليمة للطفل لها قواعد وحسابات من الضروري أن تلم كل أم بأكبر قدر منها ويركز خبراء التغذية أكثر على ضرورة توفير الاحتياجات الغذائية للصغير فى مراحل النمو التى تلى السنة الأولى من عمره.

ويقسم أخصائى طب الأطفال تغذية الطفل إلى أربع مراحل لكل منها احتياجات غذائية خاصة تغير نمو الطفل فى كل مرحلة

المرحلة الغذائية الأولى



تبدأ المرحلة الغذائية الأولى للطفل من السنة الأولى إلى السنة الثانية وهى ما تسمى بمرحلة النمو السريع ويحتاج الطفل إلى كميات كبيرة من المواد البناء لكل كيلو جرام من وزنه واليك بعض التعليمات يقدمها الأخصائيون هنا عن اللحم مثلاً وهى أنه يعطى الأخصائيون هنا عن اللحم مثلاً وهى أنه يعطى ٢٠٪ من وزنه فقط بروتينات لذلك فإن الطفل الذى يزيد ١٠ كم يحتاج إلى ١٥٠٠ جم لحم فى اليوم أو ما يعادلها من البروتينات مثل البقول والبيض والعدس والفاصوليا المدمس.

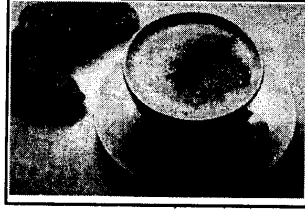
كما يحتاج الطفل إلى كميات وافرة من الفيتامينات الطبيعية الموجودة فى الفواكه والخضروات. ولأن معدة الطفل تكون فى المرحلة المبكرة من حياته ما تزال ضعيفة من ناحية الهضم فمن المناسب أن يقدم للطفل الأكل المسلوق والمشوى والبيبريه ولا يقدم له الطعام المحمر والمقلّى أو الخضار المبتل بالصلصة.

المرحلة الغذائية الثانية

تبدأ هذه المرحلة الثانية لغذاء الطفل مع بداية السنة الثانية من عمر الطفل وفى هذه المرحلة تزداد حركة الطفل وتنمو فيحتاج إلى كميات كبيرة من المواد

المولدة للطاقة مثل المواد السكرية والدهنية ولذلك يجب أن يقدم له الأرز والمكرونه والقمح والشعيرة والفطائر الحلوة والشيكولاته والعدس والمربى مع الاهتمام بالزبدة مراد خالها فى كل الأكلات.

المرحلة الغذائية الثالثة



تبدأ المرحلة الغذائية الثالثة مع بداية السنة السادسة من عمر الطفل وهى السن الذى يتميز بالنشاط الذهني لذلك يجب الاهتمام بالشأى الخفيف صباحا لأنه يساعد على تنشيط الذاكرة والاقبال على الاستذكار.

ويبدأ الطفل فى هذه المرحلة العمرية فى الذهاب إلى المدرسة ويتحمل مسئولية المذاكرة والمدرسة وهذه المرحلة تؤدى القلق والتوتر بالنسبة للأطفال وهذه الحالة تسبب نقصا فى كمية افرازات المعدة وإضرابها مما يؤدى إلى عسر الهضم ولذلك يجب تهئية الجو النفسى الهادئ للطفل فى البيت.

طفلك والخبرة



تكون مشاعر الطفل عند ولادته عامة فهو لا يميز بين جسمه وما يحيط به ولا مشاعره الخاصة عن الآخرين لذا فإن وعيه للأشياء يكون ممتداً شاملا بدون حدود فى الشهر السادس من عمره يبدأ بتمييز أمه ككائن حى منفصل له جسد وأعضاء وللمرة الأولى يختار الانسان الأهم فى حياته الذى يعتنى به ويلبى حاجته وعادة يقترب من والدته ويكون اتصاله مع أمه بعدة وسائل.

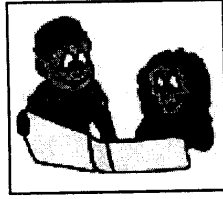
بالابتسام وبالبكاء وبالحزف وراءها ولمسها ويصبح وجودها قربه مصدر أمنه وحمايته من الخطر أما الأب والأقرباء المحيطون بالطفل يشكلون مصدر حمايه له كذلك ولكنه يبقى متعلقا بشخص واحد يخصه وحده ومع تطور نمو



الطفل يجب أن تتطور علاقة اتصاله بالشخص الذى يحبه ويجب أن يعرف أن الوجود المادى للمحسوب قريه ليس ممكنا دوماً وأن الحب يمكن أن يستمر دون أن يتلازم طوال الوقت وأن كل شخص عليه أن يتابع حياته ومجتمعه منفصلاً حسب ظروفه عن الآخر دون أن يؤثر ذلك على الحب بينهما ورغم أن الأطفال بعد سن الثالثة من العمر لا يظهرون تعلقاً بأوليائهم إلا أن

المرض والانزعاج يصبحون أكثر تطلباً للرعاية وطبيعى جداً أن يشعر الطفل فى الظروف غير المستقرة بحاجته لقرب من يحبه ويثق بهم وفى الحقيقة فإن الناس فى جميع الأعمار تمارس هذا الشعور الولادى طوال حياتها.

الحائلة المثلثة



فى تاريخ أى عائلة تخلق ظروف الغيرة مع تطور تركيبها وفى العلاقة الثلاثية عادة يتنازع الطرفان على حب الطرف الثالث فمع ولادة الطفل الأول.. من الطبيعى أن تهتم الأم بهذا الصغير الضعيف الذى لا حول له ولا قوة قبل أى شئ آخر عندها يشعر الأب بهذا الاتصال

المباشر والقوى بين الأم والطفل حيث يشكلان عنصريين ملتحمين ومتفاهمين بعيداً عنه ويلاحظ كيف تتصرف الأم عنه بطاقتها واهتمامها ورعايتها للطفل حتى أنها قد تهمل اهتمامها بخصوص علاقتها مع زوجها وقد يتغير حتى شكلها وعندها ليس من المستغرب أن يحس الأب بأن الطفل قد «أخذ منه زوجته».

إن مشاركة الوالد فى الرعاية اللازمة للطفل يساعد فى تغيير شعوره بالغيرة حيث يميل دوره فى حاجة الطفل له واهتمامه كما يخفف العبء عن زوجته كى تجد الوقت الكافى لتبقى مع علاقتها بزوجها.

الانتقال من المعادلة الثلاثية إلى الرباعية

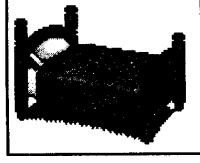
وبقدوم طفل ثان جديد يشعر الطفل الأول بأن عهد الاهتمام به قد ولى ويتساءل عن إمكانية فقدان أو استمرار حب الأبوين له فكأنه يحسب أنه ليس بإمكان أهله أن يحبوا أكثر من طفل واحد فأما هو أو القادم الجديد لذا يجب على أهل تهيئة الطفل جيداً لمرحلة قدوم أخيه أو أخته وطمأنته بأن سيبقى مجال اهتمام أهله وحبهم وأن أهله قادرون على تقديم الرعاية الكافية للطفلين معاً.

ومتى قدم الطفل الجديد على أهل تخصيص الوقت الكافي للطفل الأكبر العناية به وتلبية حاجاته وبهذا تتم مرحلة التهيئ للانتقال إلى عائلة رباعية.

ويحاول أهل الذين عانوا في طفولتهم من كثرة الأخوة في البيت والغيرة فيما بينهم تجنب أطفالهم المشكلة نفسها ولكن الحقيقة أن التنافس بين الأخوة ليس سيئاً كله وأن له فائدة تربوية فهو يوثق علاقة الأطفال بالآباء... وينمى الشخصية ويحث الطفل على تطوير خصائله وإثبات ذاته كما ينطوى هذا التنافس على فائدة اجتماعية من حيث علاقة الابن بأترابه فهو يتعلم كيف يفوز باستحقاق وكيف يخسر بروح رياضية وكل هذا يساعده على تطوير الصداقات في المستقبل.

نوع آخر من الغيرة على الطفل يتجلى في محاولة تدخل الأبوين بشئون أطفالهم بينما هم يقضون أوقاتهم باللعب أو الدراسة أو استقبال الرفاق. وليس قصد أهل في هذا الحال سوى حماية أبنائهم من الأذى أو الاطلاع على ما يحدث بينهم للأطمئنان عليهم ومراقبة علاقاتهم مع الآخرين. وينصح علماء النفس بعدم ممارسة هذه الرقابة العاطفية على الطفل والالتفاف حوله طوال الوقت خوفاً عليه لأن الطفل في هذه الحالة بينما يشكل مع والديه طرفين أكثر تقارباً تتباعد علاقة قربه من أصدقائه ويخشى الطفل أن يتميز أحد الأبوين لأحد رفاقه أو ضده.

مشاكل النوم عند الطفل



- هل تحددين وقتاً معيناً لنوم طفلك كل ليلة؟
- هل تحرصين على أن ينام طفلك ثمانى ساعات يومياً؟
- هل تطفئين الأنوار وتغلقين باب غرفته؟

تقول نتائج الأبحاث التى أجريت مؤخراً على أحوال النوم عند الأطفال إنك أن فعلت كل هذه الأمور فإنك ربما تخلقين مشاكل النوم عند طفلك وفى المستقبل.

قبل كل شئ عليك أن تعلمى أن الطفل لا يحتاج بالضرورة إلى ثمانى ساعات من النوم فبعضهم يحتاج إلى عشر ساعات أو إثنتى عشرة ساعة فى حين يحتاج آخرون إلى خمس أو ست ساعات فقط حتى الرضع تختلف حاجاتهم إلى النوم فهى تتراوح بين احدى عشرة ساعة واحدى وعشرين ساعة كل يوم وهذا التباين يستمر طوال الحياة ولكن الآباء والأمهات يقعون فى خطأ كبير من هذه الناحية فهم ينظرون إلى أطفالهم بأنهم يختلفون عن غيرهم من حيث قوة الشخصية والذكاء ولكن عندما يتعلق الأمر بالنوم نراهم يعتقدون أن حاجة الأطفال جميعاً إلى النوم واحدة متشابهة إن هذا غير صحيح.

إن إرغام الطفل بالقوة على النوم إنما يخلق لديه مشاكل فى النوم ومعظم الكبار المصابين بالأرق كانوا يعانون مشاكل النوم أثناء طفولتهم. ويدعو الاختصاصيون إلى إبقاء الرضيع مع والديه فى غرفة واحدة خلال الاسابيع القليلة الأولى على الأقل ولو أن ذلك قد يسبب مشاكل للوالدين بسبب بكاء الرضيع ليلاً.

وعلىنا أن نذكر أن الطفل ظل فى بطن أمه تسعة أشهر بلا إنقطاع قبل أن يخرج إلى الحياة لذلك فإنه غريزيا لا يحتمل أن يلقي به جانباً فجأة ويترك وحيداً. إنه مهما كان صغيراً يستطيع أن يشعر بالحاجة إلى عناية والديه الدائمة أن معظم مشاكل النوم عند الطفل يحدث بين السنه الأولى والسادسة من العمر

وهناك عدة أسباب لذلك فأشكال النوم تتبدل تبداً روائياً كما أن هناك فروقا فردية بين حاجات الأطفال وفى هذه السنة تبدأ مشاكل الرعب أثناء النوم أو السير اللاواعى ليلاً أن الخصومات بين الآباء والأطفال تبدأ عندما يحاول الوالدان إرغام طفل مكتمل النمو على النوم فالنوم ليس شيئاً يحاول الإنسان أن يقوم به أو يقدر عليه فالإنسان قد يكون فى لحظة من اللحظات مستيقظاً وفى اللحظة التالية يكون مستغرقاً فى النوم وعلى الوالدين بدلاً من إرغام الطفل على النوم أن يهيئ الظروف الملائمة التى تجعله فى حاجة إلى النوم بحيث يمضى إليه راضياً .

كيف نواجه مشاكل النوم؟

تضع الأم رضيعها فى مهده ولكنه يظل يصرخ فما الذى ينبغى أن تفعله؟ عليها أن تستجيب على الفور، وألا تترك الطفل يصرخ حتى تتحطم أعصابها فلا تعود تقوى على بكائه لتراجع فى مخيلتها كل الأمور التى قد تكون سبب بكاء الطفل كوجود دبوس مفتوح فى ثيابه أو بلل فى ثيابه أو مفص فإذا فتشت الأم عن كل الأسباب التى تتخيلها وتبين لها أن الطفل لا يعانى أياً منها فلتتركه يصرخ كيف يشاء؟ أما إذا أهملته من اللحظة الأولى دون أن تحاول أن تتبين علة شكواه ثم اضطرت إلى الاستجابة فى نهاية الأمر وأخذت تفتش عن علة الصراخ فإن الصغير سيتعلم أن كثرة الصراخ وسيلة مضمونة لدعوة الأم.

الخوف



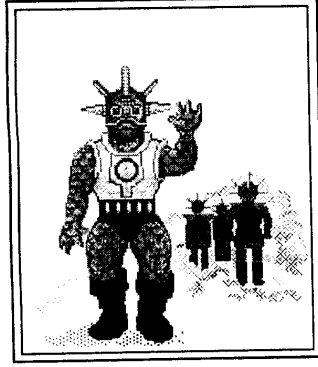
مخاوف الأطفال أثناء النوم تزداد فى السن التى تسبق ذهابه إلى المدرسة وكثيراً ما تظهر المخاوف بشكل أحلام عن الوحوش فى الظلام والصغير المصاب بهذه المشكلة يرهب النوم تحسباً لما ينتظره من مشاهد مخيفة. ودماغ الطفل فى هذه السن سريع التطور وجهازه العصبى واقع تحت ضغط مستمر كى يتلقى كل جديد فإذا سمعت طفلك يصرخ قائلاً أنه خائف فاذهبى إليه واسأليه عن السبب فإذا قال أن هناك تمساحاً تحت السرير

فأجيبه هيا نبحت عنه.. تأخذان فى البحث معا ولذلك علميه أن مواجهة الانسان للخوف فيه قضاء عليه ولكن على الوالدين أن يحذرا الوقوع فريسة لتلاعب الطفل عندما يعرف الطفل الموت فإنه يأخذ فى الخوف من النوم لانهما شبيهان وعندما كان الكاتب الروس ديستوفكى فى الخامسة من عمره كان يضع رقمه على وسادته مكتوب عليها وهذا فيو دور إننى نائم وحسب إننى لم أمت بل أنا نائم الرجاء أن تنتظروا خمسة أيام قبل أن تدفنونى وعلى الوالدين أن يؤكدوا للطفل أن النوم والموت ليسا شيئا واحدا. فإذا عالجت المشكلة بهذه الطريقة وجدت أنها من تلقاء نفسها.

الكوابيس

إذا أخذ صغيرك يصرخ ليلا وأدركت أنه مصاب بحلم مزعج أو كابوس إحرصى على ألا توقظيه لأنك إذا أيقظتاه من حلمه المزعج فإنك إنما تهين له فرصه تذكر الحلم. أما إذا استمر فى النوم بدون أن توقظيه فإنه لا يذكر الكابوس فى الصباح بعد إنقضاء وقت عليه أما إذا استيقظ الطفل مذعورا من تلقاء نفسه فكونى إلى جانبه وواسيه وأكدى له أن الأمر ليس أكثر من حلم كريه.

الرعب الليلي



وهذا يختلف عن الكابوس والرعب الليلي ينشأ عن تأخير فى نضوج الجملة العصبية وهو يحدث أثناء مراحل النوم العميق وعندها يستيقظ الطفل من نومه مرعوبا خائفا ويأخذ فى الصراخ وترتفع نبضات قلبه ويسرع تنفسه ويشعر كأن الموت يتخطفه ويحس بشئ يضغط على صدره ويكاد يمنع أنفاس وفى العادة لا يذكر الطفل المصاب بالرعب الليلي سوى صورة مخيفة واحدة وإشاعه الطمأنينة فى نفس الطفل واحتضانه كافيان لتهديته مخاوفه.

المشى أثناء النوم



أن حوادث المشى أثناء النوم تختلف مدتها بين أسرة وأسرة فهي قد تستمر بين نصف دقيقة و بضع دقائق والسائر نائما لا يدرك ولا يعى ما يحدث حوله أبدا ولو أن العينين قد تكونان مفتوحتين تماما وتكون الحركات متوترة مكررة. فإذا خاطب أحدهم الطفل وهو فى مثل هذه الحالة قد يجيب أجوبة غير واضحة وكأنه منزعج أو مشغول وبعد أن يصحو الطفل من نومه لا يعود يذكر شيئا عن الحادثه ولم يتمكن علماء النفس من تسجيل أى خلل عاطفى وراء هذه العادة والأطفال عادة يتخلصون من هذه الحالة بعد تقدمهم فى العمر وكل ما يستطيع الوالدان عمله هو مراقبة الطفل أثناء السير مراقبة دقيقة كى لا يؤذى نفسه وعليهما إقفال الباب الخارجى للبيت إقفالا محكما .

سلس البول

وهذا أكثر مشاكل النوم شيوعا وهو عادة يحدث خلال الثلث الأول من الليل وهناك نوعان من السلس البولى بدائى وثانوى والنوم البدائى متوارث فى العادة وعلاج هذا النوع يمكن فى طمأنة الطفل أما النوع الثانوى فأسبابه تختلف ويجب أن يحاول الوالدان التعرف عليها فإذا توقف الطفل عن التبول فترة طويلة ثم عاد إلى تبليل فراشه ليلا فقد يكون لزاما إجراء فحوص طبيه عليه .

وهناك تدريب على المثانة يمكن أن يساعد الطفل على التحكم بها . إن الانتقال من أمن المهد إلى حرية الفراش شئ هام جدا فى حياة الطفل وبإمكان الوالدين تسهيل عملية الانتقال هذه بأساليب كثيرة كمرافقة الطفل إلى السوق لشراء أغطية سريره .

طفلك وأسئلته الجنسية

من أصعب الأمور على الآباء والأمهات وأبعثها على الحيرة أن يفاجأ بطفلها البالغ من العمر ثلاث سنوات وهو يلقي عليهم أسئلة محرجة تتعلق بالجنس وكيف جاء إلى الحياة؟ هذه الحيرة والاحراج ليس وقفنا على المجتمعات المحافظة والمتزمتة بل إن المجتمعات التي أوتيت حظا كبيرا من الحرية والانطلاق في هذه الأمور لا تستقبل أيضا بالترحاب.. مثل هذه الأسئلة المحرجة وقد أجرى الأخصائيون في برنامج التطور الجنسي عند الإنسان بمدينة كامبروج الأمريكية دراسة حول هذا الموضوع تناولت ١٤٠٠ أباً وأماً لأطفال تتراوح أعمارهم بين الثالثة والحادية عشرة وقد تبين من الدراسة أن الآباء والأمهات لا يعرفون متى وكيف يبحثون هذه المواضيع مع أطفالهم بل أن كثيراً منهم يجهلون النواحي الجنسية لذلك فلا يعقل أن يكون أمثال هؤلاء مصدرا جنسيا صحيحا لأولادهم.

وقد نشرت نتيجة الدراسة في إحدى المجلات التي طلبت أو يوافيها القراء بآرائهم وتعليقاتهم. ومن التعليقات والأسئلة التي جاءت السؤال التالي:

« إن طفلي لم يتجاوز الثالثة من عمره ولكنه أخذ يلح في السؤال من أين جاء؟ متى ينبغي للوالدين أن يبدأ في مناقشة أطفالهما حول هذا الموضوع وإلى أى حد؟

على الوالدين أن يبدأ النقاش طالما يأخذ الطفل في طرح الأسئلة فالأطفال بطبيعتهم مخلوقات جادة كثيرة التساؤل والاستفسار وعلى الوالدين أن يشبعوا رغبة الطفل بإعطائه المعلومات التي يطلبها فذلك لا يحفز الطفل على مواصلة طرح الأسئلة عن شتى المواضيع الأخرى فحسب بل أنه إذا تلقى الجواب العاقل المتزن من والديه قبل سواهما تزداد معرفته بأمور الحياة مما يساعده في المستقبل على خوض غمارها ولكن هناك ناحية هامة. إذا قبل أن يجيب الأب أو الأم على الأسئلة الجنسية لابد من أن يكونا نفسيهما عارفين بدقائقهما وهذا بالطبع يستدعي أن يتثقف الوالدان جنسيا قبل إعطاء الطفل المعلومات الخاطئة إما بقراءة الكتب المتخصصة أو بالاستفهام من الخبراء فإذا أحال الأب مثلاً طفله

إلى شخص آخر لتلقى الجواب منه هرباً من مواجهة السؤال فإن الطفل لابد أن يتساءل عن سبب التهرب وفضلاً عن ذلك فإن الأب والأم هما خير من يحسن الانتقاء للألفاظ المناسبة لطفلهما وبيئة لأعطاء المعلومات المطلوب فالثقافة الجنسية يجب أن تبدأ من محيط الأسرة ذاتها أن السؤال الأول الذى يطرحه معظم الأطفال يتعلق بعلة التكاثر دون أن يكون فى ذهنه مفهوم أعمق لذلك كما أن السن التى يبدأ عندها طرح الأسئلة يختلف بين طفل وآخر فقد يبدأ الطفل بالتساؤل وهو فى الثانية من عمره وقد يبدأ فى الثالثة أو الرابعة إن ذلك يعتمد على ظروف كثيرة كمجئ طفل جديد أو كولادة قطة فى المنزل أو نحو ذلك فإذا قال الطفل: كيف جئت إلى الدنيا» أو أية أسئلة أخرى من هذا القبيل كان على الوالدين أن يجيباه بصراحة ولكن مع اختيار الكلمات المناسبة التى تتفق ووعى الطفل وإدراكه.

وقد يحلو لبعض الآباء والأمهات أن يصوغوا الجواب بسرد كيفية تكاثر الحيوانات أو الطيور مثلاً إلا أن هذه الطريقة قد تزيد من حيرة الطفل الذى لابد له من أن يتساءل فى سرية وإن لم يبح بذلك لوالديه: لماذا يتهرب والدى من الإجابة؟ وعندئذ قد يستتج الطفل أنه قد طرح سؤالاً لا يجوز له البحث فيه وحذار من مجابهة الطفل بالجواب التالى «إنك صغير على مثل هذه الأمور» فهذا الجواب لا يلقى السؤال من ذهن الطفل بل يحمله على طرحه على إنسان آخر.

لا ضرر من إبلاغ الطفل مثلاً بأن الحياة تبدأ منذ إلتقاء نطفة الأب مع بويضة الأم الدقيقة التى لا يتجاوز حجمها رأس الدبوس وأن الطفل ينمو من هذه الذرة الدقيقة فى رحم أمه تسعة أشهر حتى يكتمل نموه وأن طعام الجنين فى تلك الأثناء يكون نفس الطعام الذى تتناوله الأم وأن جميع حاجات الجنين المعاشية كالدّم الممتزج بالأكسجين من جسم أمه وليعلم الطفل أيضاً أنه مع نمو الجنين فى رحم أمه ينتفخ بطنها شيئاً فشيئاً وأنه عندما تحين ساعة خروج الطفل من بطن أمه تذهب الأم إلى المستشفى وتستدعى شخصاً يعينها على الولادة.

قد يتساءل الطفل عن كيفية خروج الطفل من بطن أمه وهذا السؤال يجب أن يجاب عليه اجابه واضحة إنه يخرج من الرحم الذى يتسع لحظة مرور الطفل

إلى خارج الجسم وليس من الضرورى فى هذه المرحلة الخوض فى احتمال اخراج الطفل عن طريق العملية القيصرية إلا إذا كان سؤال الطفل محددا حول هذه أو إذا كانت ظروف الأسرة الخاصة مفتوحة لمثل هذا الموضوع كضرورة توليد الأم بهذه الطريقة.

إن أصعب سؤال قد يطرحه الطفل بعد توصله إلى هذه المعلومات هو كيف تلتقى النطفة مع البويضة؟

وليكن الجواب بهذه الكيفية

الوالدان اللذان يحبان بعضهما بعضا يحلولهما العناق وذلك يمنحهما الدفء فى هذه اللحظة تدفع النطفة متجة إلى البويضة فى جسم الأم. فإذا التقت واحدة منها مع البويضة بدأت حياة الجنين.

ومن الأسئلة الأخرى التى وردت حول هذا الموضوع سؤال عن الكلمات والتعبير التى ينبغى استعمالها فى تثقيف الطفل جنسيا وعن الكيفية التى ينبغى اتباعها لابقاء طريق الحوار مفتوحا لأجراء مناقشة أخرى عندما يرغب الطفل فى الاستزاده من المعلومات.

وقد يكون الجواب على ذلك أنه إذا كان الوالدان صحيحين متفتحين مع طفلهما فى حديثهما عن كيفية الانتاج والجنس فانهما يكونان قد سار اشوطا بعيدا نحو إبقاء الحوار مفتوحا يكفى أن يقول الوالدان أنهما مستعدان للإجابة على السؤال الذى يود الطفل الاستفسار عنه فى هذه الحالة إذا كان الأب والأم واقعين فى التخاطب مع بعضهما فى أمور الجنس فإن الطفل لن تغيب عنه التلميحات والاشارات والكلمات المتبادلة بين والديه .

التحصين

هذا موضوع جدير بالبحث وتكرار البحث لأن عليه تتوقف فى بعض الظروف حياة الطفل بل حياة آلاف الأطفال قبل استتباط الوسائل واكتشاف الأمصال واللقاحات كان الأطفال يموتون بالآلاف متى اجتاحت وباء من الأوبئة بلدا ما وكان الأطفال يموتون بالآلاف وخصوصا فى البلاد الباردة متى انتشر مرض «الدفتيريا» أما اليوم وقد طبقت جميع بلدان العالم اجراءات التحصين فقد تلاشى ذلك الويل وارتفع كابوس الرعب عن صدور الآباء والأمهات.

كان شلل الأطفال الشرس يقتل ويكسح ويفجع فلما انتشر اللقاح تراجع الهول وانحسر الرعب القاتل

ومن لم يمته الجدري شوه منظره

ومن لم يصرعه التيفوس أدخل بعقله

وبالطبع التحصين من أمراض كثيرة يستوجب الأخذ بقوانين الصحة والنظافة فهى هذه القوانين والحق يقال صنو التحصين.

التحصين: طريقة مصنعة تجعل الطفل ينتج أجساما مضادة لأنواع معينة من الجراثيم أو السموم المنتمة إليها ويجرى التحصين إما بإدخال جرثومة حيه أو مقتولة والجسم يعتبر الجرثومة المقتولة جرثومة حيه فيتفاعل بانتاج الأجسام المضادة «التحصين ضد السعال الديكى» وتكون الجرثومة إما جرثومة من العائلة نفسها التى تنتمى إليها الجرثومة جالبة المهن ولكن غير مؤذية وإما جرثومة المرض نفسه التى يحصن الطفل ضده ولكن الجسم لا يتبين دائما الأنواع المماثلة من الجراثيم ولهذا فإنه ينتج جسما مضادا يتعامل معها جميعا (هذا النوع من التحصين يشمل الجدري وشلل الأطفال).

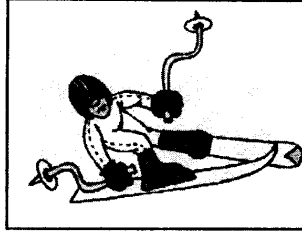
وفيما يتعلق بالجرثومية الحقيقية فإنهم يضعفونها أولا بسلسلة من العمليات الكيميائية تعجزها عن إصابة الإنسان بالمرض ولكنها تبقى قادرة على تنشيط الاجسام المضادة.

وتحصين الأطفال يشمل فيما يشمل الدفتيريا وشلل الأطفال ومتى يحصن الطفل يكون فى مأمن أما كسل الأبوين وقلة الشعور بالمسئولية فهما السبب الذى يحرم بعض الأطفال من التحصين ويعرضهم بالتالى للهلاك ولا يغيب عن البال أن الحصبة أيضا من الممكن أن تقتل.

جدول التحصين لمن دون الخامسة

العمر	اللقاح	الفترة الفاصلة بين الجرعة	ملاحظات
قبل السنة	دفتيريا كزاز سعال ديكى الشلل من الفم الجرعة الثانية	٦ - ٨ اسابيع	من الأفضل أن يلقح بين الشهر الرابع والسادس الخانون والكزاز والسعال الديكى بحقن واحدة لا يعطى بوجود الحرارة.
	خانون - كزاز سعال ديكى شلل من الفم	٤ - ٦ أشهر	لا يعطى لقاح السعال الديكى إن كان هو أو قريب يعانى من نوبة مرض
سنة إلى سنتين	الحصبة	جرعة واحدة	تعطى عادة من بلغ الشهر الثامن عشر لا تعطى قبل مرور شهر على لقاح الشلل أو غيره من اللقاحات ولا يعطى إذا كان مصابا بمرض أو إذا كان أحد من أهله الأقربين مصاب بالصرع
	دفتيريا الشلل من الفم	جرعة واحدة	يمكن إعطاؤها والعمر ٢ سنوات

كيف يكبر طفلي



مع أن الطفل الحديث الولادة يبدو هشاً لا حول له ولكن وجوده تسعة شهور في رحم أمه أتاح له الفرصة الكافية لقلبه ودورته الدموية وجهازه العصبي بجميع استجاباتها للتمرين الكثير مما أعارها القوة ومكنها من أداء وظائفها بليونة ورتابة جيدتين تكفل الاستمرارية للطفل

ولكن المولود يبدأ بعد ولادته في حياة مستقلة واجهزته تضطر إلى الاستغناء عن المساعدة التي كانت تتلقاها من الحبل السرى فيستعمل الرئيتين لأول مرة ليتنفس ويحصل على الأكسجين الحيوى ومع أن المساعدة قد تكون ضرورية في بادئ الأمر ولكن التنفس سرعان ما ينتظم وبعد ساعة أو ساعتين يتبدد الخوف من انقطاعه إلا إذا كان الطفل ناقصاً وعلى الطفل كذلك أن يتعود الغذاء من فمه وهذا يتطلب أحياناً أسابيع فلا يتخذ نمطاً معيناً له في تلقى الغذاء إلا بعد جهد.

فحوص ضرورية

يفحص الطفل لتأكيد خلوه من العاهات أو العيوب وقلمما يولد عليلاً ولكن إن اكتشف الطفل شيئاً فعلاجه في الغالب يكون سهلاً ميسراً.

بيد أن اكتشاف أى علة في جسده يؤدي إلى كارثة مزمنة مثال ذلك اكتشاف إنزلاق في مفصل فمى فطن الطبيب إلى الانزلاق عند الولادة أو بعدها بأيام فباستطاعته أن يصحح الوضع لينمو الطفل وحالة أعضائه وأجزاءه طبيعية أما الاكتشاف المتأخر فيعنى نمو رجل أكثر من رجل ويكبر الطفل ويزداد عرجه وضوحاً كلما تقدم في السن.

تتبع هذه الفحوص معاينات أخرى بين الوقت والآخر للاطلاع على أحوال نموه وللأطمئنان إلى أنه يتقدم ويتطور بصورة طبيعية لا غبار عليها.

اليرقان

اليرقان مألوف حدوثه والكثير من المواليد يصابون به هذا الصبغ الجلدى الأصفر ينبئ بتلكوء الكبد عن تمرير صبغ الصفراء بسرعة تكونها فى الجسم ولهذا فهى تبقى فى مجرى الدم وتلوث الأنسجة المختلفة وعلى وجه العموم هذا معناه أن الكبد تأخر قليلا فى نموه وتطوره واللون الأصفر أكثر رسوخا فى الطفل الناقص لأن الكبد يكون نموه أشد ببطأ.

والمريض من الأطفال يظهر النعاس ويقل إقباله على الطعام وإذا ما ازداد منسوب الصبغ الأصفر إلى درجة كبيرة فقد يحدث تزايد عطبا مدمرا فى الجهاز العصبى والمنسوب تعرف درجته بتحليل الدم وينخفض بتعريض الطفل لضوء أزرق (بعد وضع عصابة العينين) وهذا الضوء يعمل عمله عبر الجلد ويحيل الصفراء إلى مادة لا تؤذى.

أما إذا اخفقت المحاولة فلا مفر من استبدال الدم بدم جديد سليم.

الجهاز العصبى

الجهاز العصبى المتحكم بجميع نشاطات الجسم يلعب دورا بارزا وأساسيا فى نشوء الطفل وتطوره ولتعرض خلايا الأعصاب للعطب عند الولادة متى نقص الأكسجين أو الجلوكوز فإنهم متى حصل هذا يعاينون الطفل معاينة دقيقة شاملة والسبب انحراف طرأ على الخلاص.

ويلى ذلك تحاليل وفحوص يجرونها للأطمئنان على حالة الجهاز وحسن عمله وهذا يتم جراحة الفعل اللاإرادى الاستجابة البنيانية الباطنية الآلية.

الختان

هل الختان ضرورة صحية؟ ختان الأنثى لا يجرونه أبدا فى بلاد الغرب ولو كانت العملية سارية على نطاق واسع فى أجزاء من افريقيا ولا يوجد مبرر طبى لاقتطاع القلفة الحامية للجد الرقيق حول قضيب الذكر والرجل الذى لم يختن لا يعانى من نقص فى التمييز الجنسى ولا يتعرض بسبب القلفة إلى إصابة

سرطانية ووجودها أيضا لا يؤدي إلى إصابة سرطانية في عنق رحم الزوجة متى كانت النظافة غالبة والختان عملية محتمة بأمر بها الدين لدى المسلمين كافة واليهود كذلك.

التطور النفسي

الطفل يبكي والبكاء وسيلة تفهم وطلب وكثيرا ما يكون البكاء إشارة بأنه جائع ولكنه قد يكون علامة ألم يعانيه من مغص أو طفح أو بردا أو حر يشعر بأحدهما أو بلل في الحفاظ أو سأم وملل تبدهما الرفقه والبكاء قليلا قبيل النوم أمر معتاد يفعله كل طفل أما إذا استمر البكاء أكثر من عشر دقائق وإذا لم يلبي لمطلبه فسوف يشعر الطفل بالكمد والمرض ويصرخ وتلك علامة القهر والأم تتعلم الأمور الكثيرة وتعرف مع الوقت لماذا يبكي طفلها ومن يكفكف عبراته ومن الأفضل أن ترفع الطفل من مهده وتحتضنه بضع دقائق ترضعه أثناءها إن ظننت أن الجوع سبب بكائه المتواصل.

وما نزعمه من الإفساد متى دللنا الطفل وناغيناه نستطيع أن نقول بأنه هراء لأن الطفل بضعة منا ويحتاج إلى الجو الحميم ومتى عطفنا عليه وأوقفنا بكائه لا نكون مفسدين.

وفي المساء يصبح إرضاء الطفل أكثر صعوبة وذلك بين الساعة السادسة والعاشر تصيبه أحيانا طفرة شعور حادة فيرفع رجله إلى فوق ويصرخ وكأنه متألم من مغص شديد ويكف عن هذا بعد الشهر الثالث والأسباب غير واضحة ولكن إعطاءه المزيد من السوائل قد يساعد على تهدئته.

والأب له دور في فترة مثل هذه يؤرجح سريريه إن كان هزاذا أو يحمله ويمشي به في الحجرة ويجب أن نذكر أن المشكلة لن تلازمه رغم أن تنبيهه من رقادته في أول ساعات الليل قد يصبح عادة رتيبة.

إبقاء الطفل راغبا مهتما



ينام الطفل حوالى ثلاث عشرة ساعة فى كل أربع وعشرين ساعة يقضى أوقاتا متقطعة صاحيا مستيقظا ولهذا يساعد ويرفقه عنه وضع أشياء متحركة أمام ناظره وبعد أن يمل يسترعى انتباهه رنين أجراس صغيرة معلقة فى أطراف سريره الصغير.

وينمو الطفل بطريقة مؤاتية جسما وعقلا متى كان الاتصال دائما بين وبين أمه وبينه وبين أفراد الأسرة الآخرين تكلمى مع طفلك إذا ولأعبيه ضعى أمام عينه صوراً زاهية الألوان. والطفل إن كنت لاتعلمين يرى ويتبين ويفهم أكثر ما تظنين الطفل يتعلم بالسمع والبصر والمس والتحسس والتذوق والشم ولهذه التأثيرات مفعول أقوى متى تكررت بطريقة تسترعى إنتباه واهتمام الطفل فيقبل ويتقبل وهو قادر على إظهار ردود الفعل يبدى رضاه ويبدى انشراحه ويبدى تجاوبا دافئا إن صح التعبير.

الطفل «يمتص» الجو الأسرى الدافئ الذى يشع بالحب والأمن والأمان وهذا يبنى فيه الثقة بالنفس والقوة فى الحس والعاطفة والميل إلى مبادلة حب بحب. إنه يرى ما يحيط به ويصبح متى ازداد نموا وإدراكا قادرا على مواجهة صور ومتغيرات الحياة. إن الاطفال يختلفون - هذا سهل الإرضاء وذاك صعبه.. هذا مشاكس وهذا هادئ.. الخ

رب الفحل للآخرين

الطفل الوليد يثير مشكلة يشيع الاضطراب.. يحدث بليلة فالطفل الأول وعمره أقل من ثلاث سنوات يستحوذ عليه القلق والخوف من المزامح ولكن متى تجاوز هذا الطفل الثالثه من عمره فإنه يشعر بتوطد مركزه وترسخ مكانته في قلب أمه وقلب أبيه ولن يمانع في مشاركتهما حديهما على الرضيع وبمعنى أصح كلما كان الطفل الأول صغير السن ازداد ما قد يختلج في صدره من تحسب وكره وغيره متى عرف أن أخاه أتى ليبقى ولذا على الأم والأب أن يحيطا شعوره بالرعاية والعناية بحضور الطفل الصغير ويشعر بأنه المفضل والمرغوب وفي كل مناسبة يؤكدان له بأن أحداً لن يزحزحه من مكانه ومكانته.

ومتى جاءت الأم بالطفل من المستشفى عليها أن لا تظهر الحفاوة العظيمة أمام أخيه حتى لا يحزن وليتذكر الأصدقاء والأقارب أن واجبههم تجاه الأكبر يحتم عليهم الاستمرار في إعطائه المزيد من الحب والاهتمام وحتى لو فعلوا كل هذا فالغيرة تبقى كامنة يثيرها أقل عمل يشم منه هذا الصغير الكبير رائحة التفضيل الكريهة.

التكيف مع الوضع الجديد

ما أصعب التكيف والتعديل الضروري عسيراً أيضاً إنه التغيير الشامل في نمط الحياة وأسلوبها.. تغير من القديم إلى الجديد يمليه مجئ الطفل ويجوز القول أن هذا التغيير هو نوع من التضحية براحة وهدوء وحرية ولايستبعد في ساعة ضيق في الصدر وتذمر من السجن أن يشعر الأبوان الجديدان بقهر وربما بالوحدة وربما يندمان على مجئ طفل جديد يحتاج إلى كل دقيقه فالطفل يأخذ وكيف يعطى هذا الوليد.

أجل ماذا في طاقته أن يعطى فليفكر الأبوان المتعكر صفوهما ولينكرا أنهما تزوجا لبنينان أسرة وأن هذا الطفل هو أحد أركان البناء الذي تعاهدا على تشييده بالحب والمودة.

أن مزايا الحياة العصرية إنعزال الزوجين عن أهليهما لكي تتاح لهما حرية

التنقل بلا قيود أسرية ولكن لكل شئ ميزة وعيب وأكبر عيوب الانعزال هو مواجهة الأبوين لأعباء ثقيلة نحو الوافد الجديد ويواجهان متاعب كثيرة ويندمان على الاستقلال والبعد وتبدأ الزوجة فى السعى لإعادة المياه إلى مجاريها ومودة الأهل مرة أخرى فتأتى الجدة أو الأخت أو العممة موجود أى منها يساعد على ترفيه وانعاس الطفل وشعوره بالأمان والأسرة

على أن الزوجين العاقلين يستقبلان الأمور بإدراك وتبصر ويحبان الطفل ويسعدان فى سجنهما ويعتبران جوهر الحياة لهما - الجوهر الحقيقية المتألقة وهل هناك ما يوازى السعادة التى يستشعرها هذا الأب الذى يضع وليده على صدره بعد أن شعر الوليد بدفع مشاعره فنام واستسلم للاحلامه .

مراحل النمو حتى الشهر السادس



مهارات كثيرة مطلوبة من الأم لينشأ الطفل تلك النشأة الحسنة الجميلة التى تتمناها .

ولتحذر من عبارات التحذير وعبارات التحذير لا يفعل شيئاً إلا بعد تمكنه من الجلوس والنهوض عبارة تقولها الجاهلة غير المتمرسه وغير المتمرنة وتقولها المهملة التى لا تبالى ولا تكثرث وكلاهما شر على أن التطور فى العام الأول لا ينبغى للأم أن تستعجله ولكن غياب الاستحثاث المتزن الطبيعى يؤخر التقدم ويرجئه وقد يعيقه .

الاستحثاث بعث الحياة فى الحياة - يتضمن الكلام مع الطفل حمله بحب وتشجيعه على النظر حوله ملاحظة ما يقع ويجرى وتجاهل هذه الاختيارات اللازمة للحياة فى زولها قد يحدث إذا انتاب الأم همود بعد الولادة وحل بها يأس وكآبة أو إذا وصل بها الاهمال إلى حدود التفاضى عن احتياجات الطفل ومتطلباته أو إذا أناطت مسئوليه العناية بامرأة غريبة لتزاول عملا انقطعت عنه . وما ننتظره من الطفل ما يمكن توقعه فى خلال الشهور الستة الأولى كالآتى:



العمر أسبوع: الطفل ينظر نحو مصدر للضوء ويتبع قليلا حركة وجه بعينه متى كان الوجه على بعد لا يزيد على متر وإذا لمست وجنته يد أو حلمه يدير رأسه نحو ما لمسه ويفتح فاه واستجابة لصوت مفاجئ قد يقوس ظهره ويمد ذراعيه مفردا أصابعه ثم مصلبا ذراعيه على صدره كل طفل طبيعي يفعل هذا .

وتطور مشير آخر هو فعل المشي اللاإرادي وهذا يتضح متى أمسك أحد بالطفل في وضع قائم بقدميه تلامسان سطحاً منبسطة على مائدة مثلاً فهو يقوم بحركة مشى. ولا علاقة لهذه الحركة بالمشي الفعلي ولا تلبث أن تختفى تلقائياً خلال ثلاثة أشهر.

والمعروف والطبيعي أن قوة عضلاته في الأشهر القليلة الأولى أقل منها في الأشهر التي تليها. في البدء لا يستطيع رفع رأسه إلى أعلا إلا لحظة واحدة متى حمل بشكل أفقي ويبد تحت البطن.

والانكباب على وجهه في سريره عند النوم يبعد عنه أى خطر من الاختناق حين يتقيأ .



العمر ستة اسابيع: ويقوم بحركات جديدة لأهمها للأم ارتسام البسمة على شففتين وقد تلمحهما بعد أربعة اسابيع ولا تتصل بحافز ما . أحيانا يتبع البسمة تجشوء وتقول الأم متى فعل هذا أنه يضحك للملائكة ولكنها في الواقع استهلال الابتسام فبعد اسبوعين على الأكثر يشرع في الابتسام الحقيقي لوجه أمه. إنها الاستجابة

الحقيقية تتجمع فيها مقدرته على رؤية أمه ومعرفتها من هيئتها والشعور بالسعادة لدى رؤيتها والأهم من كل هذا إعرابه عن هذا الشعور الراضى المسرور.

والتأخر عن رسم البسمة على الشففتين يكون في معظم الحالات صفة الطفل الضعيف والطفل الذى أضناه المرض في الشهر الأول والطفل المعاق ذهنياً والطفل الكفيف والطفل في العادة بعد الاسابيع الستة يهدأ ويشخص بناظرية للحظات عندما تدلله أمه أو تكلمه برقة وهو أيضا ينظر إلى أمه بإمعان عندما

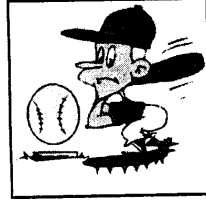
ترضعه العمر تسعة أسابيع

الطفل يصدر - الآن أصوات تودد وحب كهديل الحمام عندما يبتسم ويظهر الاهتمام بما يحيط به ويكتفه ولكنه فى محيط مترين ويرفع رأسه الآن وهو على بطنه.



العمر ثلاثة أشهر: يزداد تجاوبا ويصدر أصواتا جميلة وقد يدير رأسه نحو صوت يألفه. أطفال كثيرون يلتفتون متى وعوا أصواتا مألوفة فى هذه لاسن ولا يعنى عدم تجاوبهم مع الصوت إصابتهم بالصمم فالنظر والرؤية أكثر إشارة له وقد يسهل الصوت ويركز على المناظر التى تثير مشاعره على أن تكون قربه ويستطيع الآن أن يشد ذراعيه ويرتفع بهما قليلا عندما يكون منبطحا على بطنه ويستطيع أيضا أن يرى فقد اتسع مدى بصره.

وتحكمه بحركة رأسه أصبح أشد وأقوى ومتى حمل بوضع الجلوس يستطيع أن يبقى رأسه مرتفعا ومستقيما.



العمر أربعة أشهر: سيطرته على رأسه تزداد ولكن إذا حرك جسمه فجأة فإن رأسه يتمايل قليلا ويجلس سعيدا فرحا متى أسند من الجانبين بالوسائد ويظهر الاهتمام الكبير بالناس والأشياء .. يتفرس بيديه متى مدهما ليقع عليهما الضوء يقبض بأصابعه على الأشياء التى توضع فى يده ويطلق النظر إليها أو يهزها بقوة.

العمر خمسة شهور: لن يتمايل الرأس لدى الحركة المفاجئة وغير المفاجئة حينما يكون فى وضعه الجلوس يتناول ما يقدم إلى يده ويدنيه من فمه ومتى رأى شكله فى المرآة يضحك لنفسه تكثر محاولة الكلام ويكثر مناغاته فهو يختبر الأنواع ويجربها.

العمر ستة شهور: في هذا الطور يمد الطفل ذراعيه وكأنه يطلب من أحد أن يرفعه يرفع جسمه وهو على بطنه ويتقلب على ظهره - يمسك بزجاجة الحليب بكلتا يديه: ويظهر الامتعاض والغضب متى انتزعت منه. وإذا حمل بوضعه منتصبه يركز قدميه على سطح منبسط ويحمل وزن جسمه كله يفقد اهتمامه بيديه بسرعة وينصرف إلى مراقبة أصابع قدميه والعبث بهما ومديدية للامساك بأشياء يسره ويلهيه لا يستطيع حتى الآن الجلوس دون دعم تبدلات جسديه.



في الشهر السادس: يدنو الطفل من مرحلة التسنين ولكن التوقيت يختلف كثيرا. فالطفل في العادة تتضح معالم الأسنان السفلى تحت اللثة وقد يحمر لونها قبل انشقاقها عن الأسنان وهذا يورثه بعض الألم ولكنه لا يبرز أى عارض آخر لو عكه أو مرض والشعر الذى يولد معه يكون من نوع مختلف عن شعر الشهورات وهو يختفى تماما فى خلال شهرين وقد يكون الشعر خفيفا ومتفرقا قبل الشهور الستة ثم يأخذ فى التكاليف كشعر دائم لا يتعرض للتبديل:

والرأس مازال كبيرا بالنسبة لجسمه لأن الدماغ ينمو بسرعة والجمجمة تتسع لاحتواء هذا النمو المتسارع ويكتز الجسم فى الشهر السادس بيد أن قطع الشحم الكبيرة حتى ظهرت تكون ظاهرة طبية وتبقى كذلك حتى لو ظهرت عليه فى مراحل تالية أمراض الشهور الستة الأولى

الأمراض المعدية الكثيرة الانتشار المتوارثة جيلا عن جيل هى الحصبة وجدرى الماء والنكفية والحصبة الألمانية هذه الأمراض ينذر إصابة الطفل بها فى غضون الشهور الستة الأولى من عمره والسبب يرجع إلى إصابة الأم بثلاثة منها على الأقل ومرور الأجسام المضادة منها عبر الخلاص إلى الطفل وهو جنين. هذه الأجسام المضادة توفر له الحصانة.

التهابات فى الجهاز التنفسى الأعلى

هذه الالتهابات تصيب الأنف والحلق والحنجرة والأذنين وتشتمل الأعراض على سيلان أنفى وعطسى وسعال وتمنع عن الرضاعة بعد بدئها بقليل.

والالتهابات تسببها عادة الفيروسات التى تخضعها الأجسام المضادة تكون خفيفة فى معظم الأحيان وتزول فى بضعة أيام وقلما تصيب الرئتان بضرر نتيجة هذه الالتهابات ومتى كان ما أصاب الطفل الممرض الأول فإن الأم تضطرب ويستولى على مشاعرها الخوف والفزع وتهرع إلى الطبيب وعندما تمر السحابة ويشفى الطفل فإنها تطمئن ويزول رعبها وتصبح أقدر على معالجة الأمر إن تكررت إصابة الطفل.

التهابات فى الجهاز التنفسى الأسفل

هذه تصيب المسالك الشعبية بالتهاب الشعب أو الرئتين بذات الرئة إلتهاب الشعب لا يعطى الرئتين وأما التهاب الرئتين فهى خطر ولكن العلاج الحديث لها العلاج السريع يخفف من ومعها ويرفع الخطر عن المصاب فلا تقتله والاصابه به تسرع النفس والطفل المصاب بالتهاب الرئتين يدخل المستشفى عادة ما لم يكن الطبيب قادرا على ذلك.

ومن أمراض الجهاز التنفسى مرض التهاب الشعبىات وهو يتركز على الشعب الأصغر مما يسبب تعباً للطفل وصعوبة فى التنفس مثل هذه الحالة الخطرة يحوجها المستشفى ومتى كان العلاج جيداً ينمو الطفل مما يهدده ويترىص به الدوائر والطفل المصاب متى عولج جيداً يستعيد قدرته على التنفس الطبيعى ويصبح فى الإمكان اخراجه من المستشفى بعد اسبوع.

الالتهاب المحوى

عارض هذا الالتهاب الاسهال ويكون برازه سائلا ورخوا ومتكررا ٦ مرات فى اليوم الواحد تقريبا ولا شك أن السيولة الشديدة تصيب الطفل بالجفاف وحيث أن الحليب يزيد من الاسهال فلا مفر من التوقف عنه ويكتفى بالماء الغالى

المضاف إليه السكر.

والكمية ملعقة شاي سكر لكل كوب من الماء المغلى ولدة ٢٤ ساعة وفى هذه الساعات تخف حدة الاسهال وبعد ذلك يتوقف ثم يعطى اللبن له بنصف كمية ثم بعد الشفاء تستأنف تغذيته باللبن.

أما إذا استمر الاسهال بالقوة نفسها رغم إعطائه الماء الغالى أو إذا تقيأ مرارا فيجب الاستعانة بالطبيب.. إشارة خطر ثانية هى التنفس المتلاحق اللهثان فهذا يدل على أن دم الطفل حموضة زائدة وهذا يسمى مرض الحموضة ويخرج الحامض أو معظمه مع البول ولكن المصاب بالجفاف يقل بوله إلى درجة كبيرة غير أن أكثر إصابات الإسهال تأتى خفيفة لا تحتاج إلى العلاج فى المستشفى.

إلتهاب الجهاز البولى

ليس مرضا متكررا أعراضه المميزه النفور من الطعام والقئ وارتفاع قليل فى الحرارة وليس هنا أعراض غيرها ولا يستطيع الطبيب التثبت من تشخيصه قبل إجراء التحاليل اللازمة فى المختبر وظهور الجرثومة المتسببة وهذا إجراء يتطلب يومين على الأقل أما العلاج فسهل وفعال إلى جانب هذه الالتهابات يصاب الطفل بأمراض أخف وأسلم عاقبة.

طفح الحفاض

منطقة حمراء مستديرة مؤلة حول الوركين وقد يكون السبب بقاء الحفاض المبتل بالبول والبراز طويلا حول جسم الطفل وقد يكون مرض القلاع ومتى كان البول هو السبب فإنه ينجم عن تحلل أحد عناصره أى البولة.

والوقاية تتوقف على تغيير الحفاض وتجفيف المنطقة المتعرضة ولا يجوز إستعمال الكادليز التى تبقى البول متصلا بالجلد والطبيب يعالج الطفح بسهولة وسرعة ولمنع التكرار تستعمل الأم الكريم الحاجز.

الإسهال

الامتناع عن التبرز ليس بالأمر الشائع ولكن إذا لم يصحبه الألم فهو لا يدعو إلى القلق. المهم فى الأمر أن لا تسارع الأم إلى استعمال العقاقير المسهلة أحيانا قليلة يحدث شق فى الشرج وهذا يسبب الألم الشديد عند التبرز وفقدان بعض الدم ويتفق أن يرى الطبيب نفسه مرغما على إحداث شئ من التوسيع فى الشرج.

متى تطلبين الطبيب

أنت فى حاجة ماسة وملحة إلى الطبيب

- ١ - إذا تقيأ الطفل الطعام والسوائل كلها.
- ٢ - إذا استمر الاسهال رغم إعطاء الطفل الماء والسكر مدة ٢٤ ساعة وإذا رافق الاسهال قي سائل وإذا أصبح نفس الطفل المصاب أشبه باللهات.
- ٣ - إذا أصيب الطفل بسعال وحمى ونفس متلاحق وازرق لسانه وشفته.
- ٤ - إذا أصيب بصداع وأزعجه الضوء إذا لم يتمكن طفل أكثر من وضع ذقنه على ركبتيه أو لم يمكن طفل يقل عمره عن سنتين من تحريك رقبته دون أن يصاب بألم.
- ٥ - إذا أكثر من شرب الماء واستيقظ فى الليل ليشرب الماء وتبعاً لذلك إذا أكثر إفراز البول.
- ٦ - إذا أصيب فجأة بنوبة ألم حادة فى الجانب الأيمن من بطنه.
- ٧ - إذا صدر عن تنفسه صوت كصياح الديك وإذا كان يتنفس بصعوبة من صدر مثقل منضغط.

العمر تسعة شهور

فى هذا العمر يكون الطفل قادرا على القيام بحركة المضغ فيأكل بسكوته بعد أن يلوكها ويكون قادرا على نقل الشئ من يد إلى يد دون أدنى صعوبة ويضع أى شئ جديد فى فمه ويتوق إلى مد يده والإمساك بالأشياء ليتأمل فيها أو ليستكشفها بيديه وفمه وكثيرا ما يلقى بها إلى الأرض وإذا سقط شئ على الأرض فإنه يتبعه بنظره وهذه الحركة يقوم بها وهو فى سريره فإذا كان الشئ لعبة لدنة وقد أعيدت إليه فإنه يلقى بها ثانية وثالثة.

وإذا أخذت لعبة منه ووضعت تحت وسادة وهو ينظر ويراقب فلن يتمكن من الاهتداء إليها ما لم يكن قد أحرز شوطا بعيدا فى مجال التقدم فى هذه الحالة لا يمكن بقاء الشئ مخفيا ويعيد عن النظر معناه بعيد عن الفكر.

ويجلس الطفل دون مساعدة أو دعم حوالى خمس عشرة دقيقة فى شهره السابع يستعمل يديه للاحتفاظ بالتوازن ولكنه فى الشهر التاسع يحبس وينقل الدمية بين اليدين والتأخر فى الجلوس سببه الولادة قبل النضوج أى أن يكون ناقصاً أو تعرضه للإصابة بمرض دام أياما أو ضعف فى العضلات الفقارية والظهر المستقيم ضرورى للجلوس السوى فى وضعه سويه وهذا بدوره يحوجه عضلات فقارية سليمة قوية.

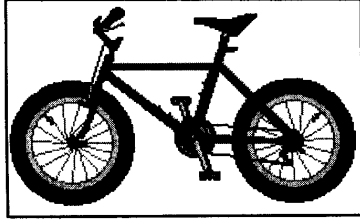
والضعف متى أصاب عضلات الظهر يسفر عن وضعه محدود به ويستعين الطفل متى كان هكذا بذراعيه لدعم جسمه وهذه الجلسة بالطبع يتخذها الطفل متى بدأ يجلس فى الشهر السادس تقريبا . ولهذا فهي تكون فى غير محلها فى الشهر التاسع.

والطفل الذى يتأخر عن الجلوس دون مساعدة أو دعم من أحد قد يكون مصابا بالشلل المخى غيره لا تكون أمه قد وفرت له الحاجز الكافى بتركه ساعات متوالية وحده فى سريره أو عريية والطفل القليل الحظ الذى لم يتلق الحث والتشجيع قد تبرز فى ظهر رأسه بقعه صلعاء.

إنه لن يستطيع الوقوف كما يجب بل يقف ممسكا بالسريير أو الكرسي

عندما يوضع بطريقة ملائمة ويستطيع أيضا أن يرفع رأسه قليلا وهو نائم على ظهره وقد يظهر استعدادا للزحف حتى متى بلغ هذا العمر مع أن هذا فى العادة يحدث بين الشهر العاشر والثانى عشر.

العمر اثنا عشر شهرا



يتقن الزحف ويسرع فيه. الطفل عادة يزحف على أربع ولكن التباين منتظر طفل يكتفى على وجهه ويقوم بحركات من يقوم وطفل لا يزحف ابدا ولكنه ينتقل من مكانه على قفاه والطفل من هذا النوع يقف ويمشى فى وقت متأخر عن وقت الوقوف والمشى بل كلما تأخر فى القعود والتقل على مؤخرته تأخر وقت وقوفه ومشيه.

وليس لهذا سبب طبي وهو كثيرا ما يكون صفة لازمت أفراد الأسرة هو يجلس دون مساعدة ولا يجب الانكفاء كما أنه يرفض أن يقف فيرد رجليه إلى الخلف أحيانا لا يمشى مثل هذا الطفل دون مساعدة قبل بلوغه السنتين.

ومع أن الطفل الطبيعى يجلس بلا مساعدة فى شهره الثامن ولكنه لن يستطيع رفع نفسه إلى وضع الجلوس ومتى بلغ السنة يتمكن من ذلك وكذلك يتمكن من إتخاذ وضعة الوقوف مستعينا بقضبان سريره.

قد يتعب الطفل أحيانا فيسقط فترتطم معقدته وتزداد متعته بقذف الأشياء ولما كان قد تمكن من الشرب وحده من كوب وإطعام نفسه بأصابعه فإنه بذلك يسبب الفوضى وتحسن قدرته على استعمال يديه وحركة أصابعه تصبح جيدة ومفيدة.

يتطور إلى الأحسن حركة البصر لديه ويثيره أى مشهد غريب يمكنه يتابع ويلاحق أى شئ يبعد عنه حوالى أربعة أمتار ويصعب لفترة نظره إلى حركة تبعد خمسة أمتار متى حاولت الأم هذا فإنه يحول نظره إلى شئ آخر قريب منه. تبدأ

غريزة حب الاستطلاع تنمو عنده وعلى الأبوين أن يبعدا كل ما يشكل خطرا عليه الكهرياء الشاى الساخن يعرف إسمه بمجرد النداء عليه فيلتفت يبدأ كلام ينتظم فيتفوه بكلمتين أو ثلاث كلمات واضحة لها معنى مثلا يفهم كلمة قول مع السلامة باى باى فيرفع يده ويقلد ملوحا بها سيستجيب لكل بادرة حب وسيعبر عن حبه على طريقته الطفولية.. باحبك.

من سنة إلى سنتين

المشى مهارة يبدأ الطفل تعلمها شيئا فشيئا متى أتم العام الأول من عمره وأكثر الأطفال يصبح قادرا على المشى مستعينا ببعض الأرائك والكراسى بين الشهر الثانى عشر والثالث عشر.. أما المشى دون مساعدة شئ فيتحقق بين الشهر الثالث عشر والرابع عشر.

وبعض الأطفال من أفريقيا يمشون قبل ذلك بل يمشى البعض منهم فى الشهر العاشر.

فى بادئ الأمر تكون مشية الطفل مضطربة ورجلاه متباعدتان بسبب عدم توازنه ويقع ويتكرر وقوعه ويرتطم بالأرض بشدة والألم هو الشئ الوحيد الذى يصيب كرامته أمام الآخرين فيصرخ يتعاطفوا معه وينسوا فشله فى المهمة ويعاود المحاولة ويمشى الطفل وبصره منخفض قليلا وكثيرا ما يصطدم رأسه مرة أخرى فى الأثاث.

وقد يصيبه الغيظ إذا وجد أحد يضحك عليه فإن الضحك معناه هو أنه الضحك عليه شخصيا.

العمر خمسة عشر شهرا

فى هذا العمر تزداد قدمه رسوخا يصبح أكثر شجاعة تنمو ثقته بنفسه يمسك الكوب بيديه جيدا ويرفعها إلى فمه فيشرب ثم يعيدها إلى مكانها ولكن قد يشرب منها أحيانا يستعمل المعلقة ممسكا بها بالأصابع الأربع وتحتها الإبهام ويرفع المعلقة قبل إدخالها فى فمه فيسقط منها الكثير والمهم أن لا نعطيه معلقة طويلة لأنها تضيف صعوبة فى تناول الأكل. أما المعلقة الصغيرة القصيرة ذات

المقرفة المتسعة فمناسبة له لأنه يستطيع معالجتها بطريقة أسهل وأفضل الطفل من شهره التاسع يسيل لعابه كل طفل تقريبا وهى عادة تتزامن مع شروع الأسنان فى الظهور وتتوقف متى يبلغ الشهر الخامس عهشر وفى هذا الشهر تقوى قبضته فيظهر المقدرة على التقاط الأشياء مهما كان حجمها صغيرا ولن يكون الأكل بالنسبة له مشكلة فهو يمضغه مضغا جيدا ويقطعه أجزاء صغيرة.

فى هذه السن قد يحاول ارتقاء الدرجات مستعينا بيديه ورجليه العمر ثمانية عشر شهرا .

يزداد ثباته فى تزايد يمشى دون خوف من الوقوع يمشى نحو أى شئ يرغب فى مشاهدته أو الإمساك به ويبرز الخطر هنا فى وصوله إلى أشياء قد تؤذيه . وعلى الأم أن تحجب عنه كل أداة صلبة أو حادة وكل زجاجة تحوى سائلا يستعمل فى الفسيل والتطهير .

ويستطيع الجلوس على كرسى مناسب كحجمه أما استعمال يد واحدة تحقيقا لأمر ما كالأكل مثلا فإنه يحاول فى وقت لاحق .. وقد تدله أمه إلى طريقة وضع اللعب بطريقة منتظمة فإنه يقلدها .. ويشرب من الكوب ولا يسكب شيئا من وإن سكب فالكمية تكون قليلة مقدرة على الكلام تتحسن ويستعمل فى قاموسه حوالى عشرين كلمة . وليس جميع الأطفال لأن ملكة النطق تختلف من طفل لآخر . يقلد أمه فى حركاتها ينفذ الغبار كما تنفضه يرفه شيئا من مكان ويضعه فى مكان وتسر الأم متى أخذ يفهمها بطريقته فيبدأ يضع يده على العضو الذى تذكره له أمه .

العمر سنتان

هو الآن يمشى بنظام واعتدال وتناسق كامل بل ويجرى. وهو خبير بالتجول في الشقة ويتأمل حاجته ويعرفها ويجرب أيضا الصعود فيسعى لاعتلاء المقعد وقد يجد نفسه في مأزق فيخاف وتخاف أمه خصوصا متى هم بالصعود أو متى صعد ولم يستطع الهبوط أو النزول توازنه جيد. ينحنى ليلتقط الأشياء من على الأرض دون أن يستعين بقطعة من الأثاث تعينه على الانحناء والاعتدال ثانية يدفع العربة بثبات ولا يحتاج إلى مساعدة.

يتمكن من السيطرة على حركة المائدة في النهار بكلام آخر يعتمد الطفل إلى التنبيه بأنه محتاج لإفراز البول وذلك بطلب واضح للأم ومعه إشارة أما في الليل فيبيل فراشه كمادته.

يتمكن من خلع حذائه وجوره ويستطيع أن يضع القبعة على رأسه. رذا كان معتادا عليها.

تتكاثر الكلمات التي يرددها لتصبح خمسين أو ما يقاربها ويجمع كلمة وكلمتين في جملة مثلا «أنا عايز أكل» «ماما حلوة» «باب جه من الشغل» «أروح عند نينه». ياماما خديني معاك السوق.

يفرح بالكتاب المصور ويضحك لصور الطيور والحيوانات وأثناء تقليبها يأخذ في النطق والتعبير وكأنه يحاول ضبط النطق وتصحيح التعبير.

الدافع النفسى

فكرة مقبولة ومعترف بصحتها على أوسع نطاق ولذلك من أهم الأمراض النفسية التي كلم بالطفل في سنوات عمره الأولى

انفصال الأم والطفل

قد يجهل الأبوان ما يحدثه غياب الأم من وقع على الطفل حتى لو اقتصر الغياب على اسبوع هذا الغياب سواء قصر أو طال يؤثر فيه تأثيرا سيئا ويكرب نفسه كريا شديدا وينوع خاص متى تراوح سن الطفل بين العام والثلاثة أعوام

فطفل من هذا النوع لا يفهم لماذا ينفصل عن أمه حتى عندما تذهب إلى المستشفى وحتى لو فهم ذلك فلن يكتنع وسيبقى مضطربا ومستسلما للأخراى، وإذا طالت مدة الفراق فإن العودة مرة أخرى تشكل معادلة صعبة الحل على المدى القصير فكثيرا ما تتغير عادات الطفل نتيجة الغياب وكثيرا ما يتحول مسلكه مما يتطلب الصبر والانتظار والتفهم من جانب الأب والأم.

أطفال يضطربون أكثر من أطفال لهذا الغياب ولا يمكن يتأثرون تأثيرا بالغا؟ هل يحزن فى غياب الأم هل يتأثرون تأثيرا بالغا؟ هل يحزن ويبتئس إلى أقصى حد؟ هل يذكرها مرارا ويطلبها مرارا؟

هل يسلوها بسرعة؟ أمور يعجز الأب والأم عن التنبؤ بها مهما حاولا.

وفراق الطفل لأبيه وأمه متى ذهب إلى المدرسة ليس بالأمر السهل فى بدايته

صحة ابنك كما تتمنين

كل أم لا يشغلها شئ في حياتها خصوصاً بعد أن تتجب إلا أن تطمئن بين الحين والآخر على صحة أطفالها هل هم طبيعويون في نموهم وفي حيويتهم وفي ذكائهم وفي مستوى طولهم هل سيصبح أحدهم حاد المزاج عندما يكبر أم يكون طبيعياً .

كل هذه الأسئلة من الأسهل أن تجدى لها الإجابة المناسبة للسؤال الذى تفكرين فيه ثم قارنى بين اجاباتك وبين الاجابات السليمة حتى تطمئن على سلامة صحة طفلك .

● هل يرى طفلك جيداً؟

أ - ينظر إلى التلفزيون عن قرب .

ب - لا يحسن المتابعة فى الدرس .

ج - يضم حاجبيه أو يغلغ عينيه فى الشمس .

● هل يسمع جيداً؟

أ - يطلب تكرار الكلام الذى يوجه إليه .

ب - لا يميز الأصوات القريبة .

ج - لا يسمع جرس التلفون .

● هل تنمو أسنانه بصورة طبيعية .

أ - الأسنان الجديدة حلت محل الأسنان التى سقطت .

ب - الأسنان الجديدة تنمو بصورة سليمة .

ج - هناك مسافة بين الأسنان الوسطى .

● هل ينمو بصورة كافية أو مرضية؟

أ - هو أصغر من زملائه الذين فى نفس سنة بصورة واضحة .

- ب - هناك فرق سنة بالنسبة لمعدل النمو.
- ج - هناك فارق سنتين بالنسبة لمعدل النمو.
- هل يزداد وزنه بصورة معقولة؟
- أ - وزنه لا يتغير منذ بضعة شهور.
- ب - وزنه ينمو بصورة منتظمة لكنه دون المتوسط.
- ج - وزنه متوسط لكنه ينمو بصورة غير منتظمة.
- هل يأكل بصورة طبيعية؟
- أ - يفضل أن لا يأكل عن أن يأكل ما يكره.
- ب - يريد دائما أن يترك المائدة قبل نهاية وجبته.
- ج - يأكل الخبز والحلوى ولا يشبع أبداً.
- هل يهضم جيداً؟
- أ - يتقيأ الأكل بدون سبب.
- ب - يشعر دائماً بألم فى معدته.
- ج - يصاب بالإمساك فترة ثم يصاب بالإسهال مرة أخرى.
- هل ينام جيداً؟
- أ - إنه عصبى خلال نومه يتقلب كثيراً.
- ب - يستيقظ بصعوبة فى الصباح.
- ج - يصاب بالكابوس أثناء النوم.
- هل هو عصبى المزاج؟
- أ - يتحرك كثيراً ولا يثبت فى مكان واحد.
- ب - يغضب بصورة مبالغ فيها ويثور بسرعة.

ج - ييكي بسهولة لأقل شئ.

● هل الأنف والأذن والحنجرة مناطق حساسة بالنسبة له؟

أ - يصاب دائما بالزكام.

ب - لا يصاب بشئ إذا لم يكن فى قلب المدينة.

ج - يصاب بالبرد بمجرد تخفيف ملابسه فى الخروج.

الاجابات المثالية

والآن حاولى مقاومة اجاباتك بهذه الاجابات وقد تتعرفين على صحة طفلك هل هى صحيحة أم معتلة.

● النظر:

أ - ينبغى التنبه لذلك ومنعه فورا

ب - لا تسترعى الانتباه إذ يمكن أن يرجع ذلك أسباب أخرى.

ج - عادة ليست لها قيمة إلا إذا كانت تتكرر دائما حينما ينظر إلى بعيد.

● السمع :

أ - قصور سمعى بسيط.

ب - القصور هنا واضح وربما يرجع لأسباب نفسية.

● الشهية:

لا تقلقى... كل هذه الظواهر طبيعية وبصفة عامة لا ترغمى طفلك على الأكل ومن الأفضل فقط أن تستشيرى الطبيب إذا كان طفلك ضعيفا أو وزنه يزداد بصورة ملفته.

● الهضم:

أ - ب - يمكن أن تكون هناك أسباب غير متعلقة بالهضم.

ج - هذا علامة على إصابته بالتهاب القولون.

● النوم:

أ - النوم يعكس طبيعية الطفل.

ب - فترة نومه غير كافية.

ج - الكابوس يعنى طفلك نام وهو قلق أو توجد مشكله تحيره.

كيف أتعرف على طفلى

العناية بالوليد لا تبدأ بعد ميلاده إنها تبدأ من أول يوم فى الحمل وحتى من قبله بفترة والهدف من ذلك أن يأتى إلى الحياة سليماً معافاً كامل النمو، فكيف يتحقق لك هذا الهدف من أقصر طريق.. ولادة طفل كامل النمو هذه هى الإجابة.

هناك نوعان من الأطفال ناقصى النمو:

النوع الأول: الطفل الأول الذى يولد كامل العمر أى بعد تسعة أشهر حمل أو حوالى أربعين أسبوعاً محسوبه من تاريخ آخر دورة ومع ذلك يولد أصغر من الطبيعى وأخف وزناً وهذا يسمى طفلاً مبتسراً من ناحية الوزن فقط .

النوع الثانى: وهو الطفل الذى يولد قبل اكتمال تسعة شهور الحمل ولذلك يولد أخف وأصغر حجماً وأقل مقاومة للحياة ويسمى طفلاً مبتسراً وزناً وعمرًا.. أما عن الأسباب فإن بالنسبة للنوع الأول ينتج ذلك عادة من أخطاء فى التغذية أو قصور فى أخذ فترات الراحة اللازمة وكذلك الإكثار من التدخين حيث أنه ثبت علمياً العلاقة الأكيدة بين التدخين أثناء الحمل ووزن الطفل ساعة ولادته ولذلك فإن هناك أسباباً يمكن للأم الحامل تجنبها حتى تلد طفلاً سليماً معافى ولذلك باتباع الارشاد الصحى فى التغذية والراحة وعدم التدخين أما عن الأسباب المرضية لولادة طفل ناقص النمو فهنا يجب أن نذكر شيخوخة المشيمة وحدوث

أمراض تعرف بتسممات الحمل. ولكنها ليست بتسممات.

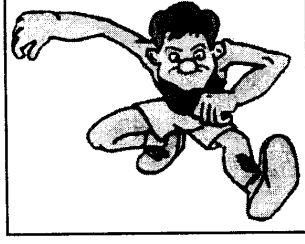
وهذه يمكن منعها وتشخيصها ومعالجتها قبل حدوث أى أعراض منها وكذلك قبل حدوث آثارها الضارة على صحة الأم والجنين وذلك بالمواظبة على الكشف الدورى على السيدات الحوامل والالتزام بإرشادات الطبيب فى التغذية وتناول كمية مناسبة من اللبن والبروتينات الحيوانية الموجودة فى الجبن والبيض واللحوم والبقول والمواظبة على قياس ضغط الدم.

أما عن أسباب النوع الثانى لولادة الأطفال المبتسرين «ناقص النمو» فهى كثيرة ومتنوعة ولكن أهمها الاضطرابات العصبية والنفسية للسيدة الحامل ووجود ضعف خلقى فى عنق الرحم وصمامة الداخلى ووجود عيوب خلقية فى الرحم أو وجود أمراض فى الجنين نفسه مثل الاستسقاء والأمينوسى أو التشوهات الخلقية للجنين.

ولكن المطمئن أنه يوجد علاج لمثل هذه الحالات لمنع مثل هذه الأسباب جميعها وتلافيها فى المستقبل وكذلك هناك علامات وجراحات لضمان ولادة طفل سليم.

وهنا يمكن أن تتعرض لما يقال أن الطفل ابن سبعة شهور يمكن يعيش ولكن الطفل ابن ثمانية لا يمكن أن يعيش فلقد ثبت علميا ومنطقيا خطأ ذلك تماما فإن كل يوم يعيشه الطفل داخل الرحم حتى التسعة شهور يزيد من وزنه ومن نضجه ومن فرص مقاومته لأخار الحياة الخارجية لذلك فإن الطفل ابن ثمانية احسن صحة من ابن سبعة شهور ولكن الأحسن فى كل الحالات ابن تسعة شهور ونطمئن الأمهات أنه حتى فى الحالات التى يستطيع الطبيب منعها عن الولادة قبل الأوان فإن هناك وسائل حديثة ومتوفرة فى رعاية هذا الطفل المحصن طيلة الفترة الناقصة من نموه حيث يحالط الطفل برعاية خاصة وفى مكان خاص فى مثل ظروف رحم الأم

شقاوة طفلى



فى هذه الفترة من عمر الطفل يصبح كثير اللهو والحركة وإنه قد يتعرض من آن لآخر لجرح صغير وكدمة أو حرق طفيف أو نزيف من الأنف فلا داعى للانزعاج وحاولى علاج الصغير عن طريق تطبيق مبادئ الاسعافات الأولية فقد لا يدعو الأمر للذهاب للطبيب إن تعرض أطفالنا لمثل هذه الاصابات البسيطة يمكن لأولياء الأمور مواجهة شكوى الصغير بهدوء وعلاجها بأنفسهم والاكتفاء بالذهاب للطبيب فى الحالات التى تتطلب رعاية طبية متخصصة.

والأمهات والآباء يمكنهم العلاج على النحو الذى سنوضحه كالتالى :

الجروح

على الأم أن تدرك إن احساس الصغير بالذعر أو الخوف يرفع معدلات ضربات القلب مما يؤدى إلى زيادة النزيف فعليا فعليها تهدئة الطفل ثم التأكد أن الجرح ليس كبيرا أو غائرا ثم إيقاف النزيف إن وجد ذلك بالضغط على الجرح بقطعة قماش نظيفة ثم وضع كيس نايلون محشو بالثلج فوقه ينظف الجرح بالماء والصابون ويظهر بمادة مطهرة بالشاش والبلاستر ويمكن رفع اليد أو الرجل المصابة بجرح لمستوى أعلى من قلب الصغير.

وفى حالة شكوى الصغير من الآلام لأكثر من ١٢ ساعة من الإصابة أو ارتفاع درجة حرارته يستشار الطبيب.

الحروق

تغسل بالماء البارد للتخلص من بقايا المادة الحارقة ونزع الملابس الملاصقة للحرق ثم يوضع فوق الحرق كيس نايلون محشو بالثلج مع مراعاة بقاء الحرق نظيفا على إعطاء الصغير سوائل وفى حالة إصابة الطفل بصدمة عصبية أو اتساع رقعة الحرق من الضروري الذهاب للطبيب.

الكدمات

عادة ما تكون ناجمة عن سقوط الطفل أو اصطدامه بجسم صلب والكدمة نزول من تلقاء نفسها بعد اسبوعين تقريبا ويمكن عمل «كمادات» بالماء المثلج فوق مكان الكدمة ولكن فى حالة ظهور كدمات لدى الصغير دون سبب فعلى فعلى الأم التوجه للطبيب لعمل الاسعافات الأولية .

نزيف الأنف

إغلاق فتحتى الأنف بقيام الأم بالضغط عليهما لمدة عشر دقائق باثنين من أصابعهما على أن تطلب من الصغير أن يجلس ويميل قليلا للأمام تستعمل كمادات مثلجة لمساعدة الدم على التجلط وأيضا استعمال مادة قابضة مثل «الأدرينالين» أو «الأفيدرين».

وفى حالة استمرار النزيف فسوف يحتاج الصغير إلى عملية كى للأوعية الدموية الخاصة بالأنف أو لعملية حشو ويقوم بهذه العملية طبيب مختص.

الإمساك

عادة ما يكون مصدر الشكوى هو نوعية الطعام الذى يتناوله الطفل وعدم تعود الصغير على عادة الذهاب إلى دورة المياه بانتظام.

وعند الشكوى من الإمساك يجب أن تكثر الأم من إعطاء الطفل غذاء يحتوى على كميات كبيرة من الخضروات الطازجة والفواكة بخلاف الموزع السوائل.

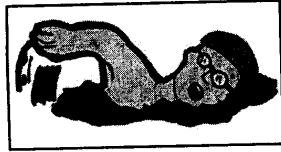
ويمكن إعطاء الطفل ملينا على شكل أقراص للفم أو لبوس جلسرين وإن كان الصغير لم يتجاوز عمره عدة أشهر يمكن وضع ميزان الحرارة فى فتحة الشرج. وفى حالة شكوى الطفل أن أحد أظافر أصابع توضع القدم مغروس فى اللحم نتيجة لاستعمال حذاء ضيق توضع القدم فى إناء من الماء الدافئ ثم تحاول الأم إخراج الظفر من اللحمه بدقة ووضع قطعة من القطن مبلله بصبغة اليود .

الفناء يجعل طفلك سعيد



يعتقد أطباء علم النفس أن الفناء الجماعى للأطفال يعالج الأمراض النفسية وحالات عدم الاستقرار والعزلة كما أن الفناء يعلمهم الصبر وهدوء البال وشفافية النفس هذا إلى جانب أن الموسيقى تساعد على حل عقدة لسان الطفل بالإضافة إلى جانب تقوية عضلات الحنجرة هذا بالإضافة إلى أن الفناء الجماعى يساعد على تقليل التوتر النفسى لدى الطفل وينقى روحه من الشر والأفعال الشيطانية والفرق الغنائية للأطفال تتيح لهم إيجاد فرص عمل علاقات اجتماعية حسنة بين الأطفال بعضهم البعض ففى فرنسا يوجد ٤٥٥٠٠ فرقة للأطفال إسمها فرقة «صغار مغنى باريس» التى أسسها «أبى مايو» عام ١٩٠٧ وقد منحه وزير الثقافة الفرنسية وسام الشرف لجهوده المختارة فإذا لم يتيسر للطفل مكان فى إحدى الفرق دعيه يفتى فى أى مكان يريده فى أى وقت يشاء حتى وإن كان ذلك فى الحمام نفسه ويقلل الضغوط الاجتماعية الكثيرة.

كيف يكون لطفلى قواما سليما



هناك طرق متعددة لتحقيق الرشاقة لأبنائك فى سن الطفولة المبكرة وعلى الأم الأخذ بعدة نقاط.

- مراعاة أن يكون طعام الطفل متوازنا حسب سنة وتتوافر فيه كل العناصر الغذائية.

- مراعاة أن يحصل الطفل على القسط الكافى من الراحة والنوم وذلك أيضا بعد ملء معدته بالطعام وتوفير السرير الريح باختيار السرير الصلب لأن السرير المرن يساعد على وجود عيوب بالقوام.
- إعطاء الطفل فرصة لتحريك عضلات جسمه وذراعيه وساقيه فهذا يساعد على الرشاقة.
- مراعاة أن تكون ملابس الطفل الخاصة بالنوم وأثناء اللعب مريحة تساعد على الحركة لإعطاء العضلات الفرصة للتقوية عن طريق تحريكها.
- عدم استعمال الطفل الجوارب والأحذية فى السنة الأولى من عمره غالبية الوقت حتى لا تقيد به وعندما يصل إلى سن المشى دربيه على التمرينات الخفيفة مثل الجرى وراء الكرة أو تسلق مقعد وأنت بجانبه وهذا تمرين يحقق له الرشاقة مع مساعدته على حفظ توازن القوام.
- لاحظى تحركاته واستقامة ظهره وحاولى لفت نظره لذلك مع تعليمه الطريقة الصحيحة للجلوس والوقوف والمشى.
- شجعيه على اللعب والاندماج مع الأصدقاء فى مثل سنة منهم سن الثالثة فهذا يفيد فى الحركة والرياضة الجماعية.

مشكلات النمو التلعثم في الكلام له علاج

نظرية مقبولة للعلماء تفسر ظاهرة التلعثم على أنها سلوك يتعلمه المريض ويتأكد في سنوات عمره الأولى فالطفل في مراحل نمو اللغة يمر بمرحلة تغير طبيعية في هذا النمو فيما بين سن الثانية والرابعة وتتميز بتكرار بعض المقاطع والكلمات أو حتى الجمل وتمر هذه المرحلة دون أي مضاعفات في الغالبية العظمى من الأطفال لكن في بعض الحالات ونتيجة لرد فعل سئ في التعامل مع أي شخص قد يتطور هذا لاسلوك التخاطبي إلى أحداث مشكلة بتفادى تنظيم من جهة هذا الشخص لمواقف الكلام المختلفة.

ومن الممكن علاج حالات التلعثم في سهولة ويسر وفي مدة وجيزة بأحدث الأجهزة التدريبية التي تستخدم في علاج عيوب النطق.. ولعدم معرفتنا الأسباب الحقيقية للتلعثم فإن العلاج له دروب مختلفة للوصول إلى نهايته السعيدة فهناك العديد من المحاولات للتغلب على صعوبة الكلام بالتركيز على الأعراض المرضية بحيث يتركز العلاج على العثرات التي يعاني منها الشخص كالتكرار أو الوقفة أو المد.

وعموماً فإننا ننصح الوالدين بالآتي:

● التنبيه جيداً أثناء مراحل نمو اللغة عند أطفالهم ومحاولة تشجيع كل محاولاتهم الكلامية وألا يصححوها لهم مباشرة عن طريق النصح والإرشاد وعند تعقد المشكلة واشتداد عقدة اللسان على الوالدين التوجه للأخصائي .

● يجب مراعاة أنه كلما كان التشخيص مبكراً كان العلاج حاسماً وسريعاً في علاج ظاهرة التلعثم.

● التلعثم لا يحتاج إلى علاج طبي أو جراحي ونادراً ما نلجأ إلى بعض العقاقير ولكن العلاج الرئيسي يتضمن خطه متكاملة للتغلب على المشكلة أو التدريب على التغلب عليها في صورة تدريبات تخاطبية.

الطفل القصير القامة

هناك عدة عوامل تؤثر على عملية النمو في الأطفال في مختلف مراحل النمو والعمر ولعل أهمها الهرمونات التي تفرزها الغدة الصماء مثل هرمونات النمو وهرمونات الغدة الدرقية والعدة فوق الكلى والغدة تحت الدرقية.

وهرمون النمو تفرزه الغدة النخامية الموجودة في الرأس وهذا الهرمون له وظائف عديدة في جسم الإنسان أهمها أنه يساعد على النمو الطولى للعظام فيؤدى بالتالى إلى التأثير في قامة الطفل ويعتبر هذا العامل الأساسى في تحديد مدى قامة الطفل إلى جانب بعض العوامل الثانوية الأخرى مثل العامل الوراثى.

وقد يعتقد البعض أن هذا الهرمون له فعل السحر ويفعل المعجزات وهو كفىل بأن يزيد من قامة أى شخص قصير القامة أو من يسعى إلى زيادة قامة إن هذا الهرمون له خواص عديدة ولا يؤثر في قامة الشخص القصير إلا إذا كان هذا القصر ناتجا عن نقص في افراز هذا الهرمون بالذات وقد يكون من المفيد للغاية أن يسبق العلاج مرحلة اجراء الفحوص لتقدير نسبة الهرمون في الدم فإذا ما كشفت التحاليل عن نقص في معدل هرمون النمو الطبيعى في الدم كان هناك أملاً كبير في فعالية هذا الهرمون.

لكن العمر يلعب دوراً هاماً .. فهو يصبح عديم المفعول ودون جدوى إذا ما تعاطاه شخص اكتمل نموه وتعدى مراحل البلوغ أو بعدها بقليل فإذا ما اكتمل النمو الطولى لعظامه فإن الهرمون لا يفيد في البالغين.

ولأن نقص هرمون النمو يمكن أن يتعاطاه أطفالنا إذا ثبت نقص وجوده في الدم فإن اكتمال الفعالية بالضرورة يكون عندما يتم استخلاص الهرمون من الغدة النخامية للإنسان ولا يفيد أبدا أى نوع من الهرمونات المستخلصة من الحيوانات مثلاً.

لأن هذا الهرمون ليس مثل الأنسولين يمكن تحضيره أو استخلاصه من حيوانات أو تحضيره في المعمل أما هرمون النمو فيجب أن يكون من مصدر بشرى ولأنه من مصدر بشرى فمعنى هذا أن الهرمون غير متواقر وبالتالي يرتفع سعره

كما أن نظام العلاج عادة يكون يوماً بعد يوم ولدة قد تطول إلى سنة .

سؤال .. هل هناك شروط لتعاطى هرمون النمو لصغارنا قصيرى القامة .

نعم .. وتتخلص فى الآتى

١ - لابد وأن يؤخذ فى سن الطفولة فى عمر ١٣ : ١٤ سنة .

٢ - يؤخذ الهرمون من مصدر بشرى .

٣ - لا يفيد أى طفل ولكن الشروط أن يكون قصر القامة سببه نقص الهرمون ،

ومن هو الطفل القصير القامة؟ وما هى مواصفاته

- أن يكون طوله أقل من ٣٠ ٪ من أقرانه الذين يتمتعون بالطول المثالى
لعمره وجنسه وإن كانت البنت كالولد والأمراض الخلقية وأمراض الكلى والمزمنة
أيضا تلعب دورا فى التأثير على القامة .

وقد ثبت أن بعض تشوهات الجهاز العظمى وأيضا الأمراض التى تتسم
بعيب خلقى حيث يولد الطفل قصير القامة وهرمون النمو لا يؤثر فيه
الاضطرابات فى الكرموموزومات عناصر الوراثة أو لإصابته ببلين عظام قديم ولم
يعالجه فآثر على عظامه . وقد يكون القصر سببه اضطراب فى هرمونات أخرى
مثل الغدة الدرقية والغدة تحت اللامية كما أن هناك ملاحظة هامة تلعب دورها
وهى البيئة والموقع الجغرافى وطبيعة الشعوب فنجد أن المواطن الأمريكى طويل
القامة بالنسبة للمواطن اليابانى ويعزى هذه المفارقات إلى المناخ وليس الجنس
وسؤال عن مدى ما يمكن أن تؤديه الرياضة للطفل القصير؟

- الرياضة تصلح القوام بالنسبة للطفل ولكن لا تؤدى إلى اطالة الطفل وإن
كانت هذه الفكرة ينقصها الاثبات العلمى .

مواليد الربيع والخريف والصيف أطول عمراً من مواليد الشتاء

دائماً ما يقلق الأبوان نفسياً بسبب التفكير في الطفل القادم وكيف سيكون صحياً وخلقياً ونفسياً ويكثر الكلام والتفكير خاصة أيام الحمل وتوقعات الولادة وأى الأوقات انسب لاستقبال الضيف الجديد ويكون هذا هو الشاغل الأول وخاصة الأم وتدور عدة تساؤلات حول نوعية الجنين وعلاقة فصول السنة في تحديد نوعيته وإن كان مولود فصل الشتاء أفضل من مولود فصل الصيف وهل يمتاز أى منهم عن الآخر فى شئ من الذكاء أو الصحة أو غيرها؟

وهل صحيح كما يقال إن بعض العلماء يعتقدون أن مواليد فصل الربيع أوفر صحة وأطول عمراً؟ كل هذه التساؤلات تحير الأم وتتلهف على معرفتها والوصول إلى الصواب منها وخاصة إذا كانت تمر بهذه التجربة لأول مرة ومتعطشة لمعرفة كل شئ عن هذا المخلوق الذى فى داخلها.

إن موضوع فصول السنة وعلاقة تأثيرها على المواليد شغل تفكير الكثيرين من العلماء وقد قاموا بالبحث فيه وقدمت الدراسات العلمية حوله ولكن من خلال التجربة الشخصية لأطباء الأطفال تبين إنه توجد علاقة بين فصول السنة وبين المواليد ففصل الشتاء تكثر فيه ولادة الإناث عن الذكور وأشهر الصيف يحجزها الذكور لكى يولدوا فيها والملاحظ ارتفاع نسبة الوفيات فى مواليد فصل الشتاء والصيف عن مواليد الربيع والخريف وتبين أن السبب ليس هو الولادة فى أى فصل من فصول السنة ولكن لسبب العناية بالمواليد فى الأشهر الأربعة التالية للولادة فإذا اهتمت الأم بالطفل كتبت له الحياة الصحية السليمة فبالنسبة لأشهر الصيف وهى طويلة فى بلادنا وما يصحبها من جو حار له تأثيره على الطفل واحتمال إصابته فيه بالأمراض المعوية الكثيرة وكذلك أشهر الشتاء ولو أنها قصيرة إلا أنها شديدة البرودة وإذا استطاعت الأم فى هذه الفترة من عمر الطفل المحافظة عليه وتجنبه من الإصابة بأمراض الشتاء والنزلات الشعبية وما يصاحبها من مضاعفات تمتع طفلها بصحة جيدة وعن النمو يقول الأطباء إن

شهور الربيع والصيف هى الشهور التى تساعد الطفل على تناول الطعام بشهية ويرجع ذلك لعدة عوامل منها تعدد أنواع الأطعمة.

التي تقدم للطفل بسبب توافرها فى هذا الموسم كذلك كثرة أنواع الفاكهة وكلها من الفاكهة التى يقبل عليها الأطفال بحب وشغف والنمو يشمل أيضا الزيادة فى الوزن والطول.

أما بالنسبة لذكاء وعصبية الطفل فلا تأثير لفصول السنة فيها وذلك لأنها أشياء مكتسبة من خلال الأسرة فى فترة حياته الأولى التى تتكون فيها شخصيته فإن كان عصبيا أو هادئا فهذا يحدث من الجو العام وفى الأسرة ودرجة الذكاء تكون من خلال مستوى ذكاء الأبوين وترتيب الطفل بين أخوته.

طفلى يمس أصبعه

ماذا أفعل؟

سؤال تطرحه الأمهات ويكون الجواب عقيماً! مص الإصبع عمل طبيعى أول حركة يأتيها الطفل بعد أن يكف عن الرضاعة. وتقلق الأم ويساورها هم وغم. ويتكرر السؤال ما العمل.. طفلى يمس إصبعه؟ وتتعجل بحمل الطفل إلى الطبيب فيهون الأمر إن كان صاحب ضمير أو يتوجه بالتخدير أو بالتخدير فيعطيها ما لا منفعه منه. وغيرها تهرع هرعاً إلى تطبيق الدروس التى تسمعها من النساء وتكون بعيدة عن الطب ولا تستفيد منها ولكنها تزداد إلحاحاً ويزداد إلحاحها شراسة هناك مثلاً من ينصحها بوضع شريط من الأسلاك تكسى به إصبع الطفل ومنها الأصبع الكبير والصغير فهى علمت أنها تحمى الإصبع لكن الأمل يبتعد ولا تلبث أن تعذب الطفل وكلما ازداد الألم ازدادت سرورها معتقدة أن الألم من بوادر الشفاء. وبدلاً من أن يتألم الطفل كلما وضع إصبعه فى فمه كاد يصاب بتقرح فى لثته وكأن لسانه يصاب باللدغ فتستحيل المشكلة مشكلتين وتتحول الشكوى من مص إصبع إلى تسمم وحرارة مرتفعة. ومن البديهي القول أن السوء الأعظم من مصاصى أصابعهم يقلعون عن هذه العادة فى ظرف سنتين أو ثلاث ومن دوام سيكف قبل بلوغه السنة السادسة من عمره ومن ينظر من جهة النظر العلمية إلى عادة مص الأصبع يعلم أنها فى الواقع «حاجة طبيعية» وأنها محاولة بدائية ولكى يشعر بالمتعة فالطفل الوليد يتمتع عضو الفم والإصبع بفمه يوقع الاتصال الحسى بالدنيا المحيطة به إنها مرحلة المتعة من الفم ومتعة الإصبع متى مصها تعتبر جسدية مضافة إلى المتعة التى الأم له بلمسة جسده وتقبيل وجهه وتبديل ثيابه وغسل أعضائه إن مص الإصبع حاجه طبيعية تستحثها الميول النابعة من الغريزة إلى المتعة الجسدية ولن

ننسى أن المتعة من الفريزة الجنسية إلى المتعة الجسدية ولن ننسى أن المتعة الجسدية تتطور مع السنين وتتبدل وتتووع إلى أن تستوفى موقع معين.

الطفل إذن يتمتع بإصبعه ولكن هذه المتعة الدالة على ضعف لا تلبث إن تفقد معناها شيئاً فشيئاً فاسحة المجال للعين والأذن والأنف (أى لحواس النظر والسمع والشم) ثم تتحول إلى منطقة أخرى من مناطق الجسد إلى الجلد وبعده إلى أعضاء التناسل.

ومص الاصبع لا يشوه الوجه كما يزعمون وبالتالي لا يشوه أسفل الوجه فالفم لا يعوج والحنك لا يرتفع عن حنك والضحكة لا تنقلب إلى بكاء إنما التشوه الوحيد الذى لا يستبعد أن يصيبه يكون فى أسنانه فتميل إلى الأمام أو إلى الوراء ولكنه تشوه زائل لا ينتقل إلى الأسنان الدائمة التي تثبت بعد وضع سنين.

ويجمع علماء النفس أن مبدأ اللذة يحمل الطفل على إشباع غريزته برضع ثدى أمه غير أن هذا مقتصر على أوقات معينة من الليل والنهار وأثناء هذه الفترات تجعل غريزته تتواصل عن طريق مص الإصبع فيعوض عن الثدى بالاصبع ويرضى ونفسه ترضى.

ولا شك أن مص الاصبع إشباعاً للفريزة وهم ولكنه كآى وهم طفولى يواجهه الطفل إلى «الدنيا الرمزية» وهى دنيا النشاط الذهنى ومن بعد إلى دنيا الثقافة الحاوية الشاملة.

وهناك طفل يستمر يمص ولا يتعب ويتخطى السنة السادسة ولا يكف ويكون لهذا سبب وسبب ومثل اللجوء إلى أى إجراء يجعل الأم والأب يفكران جيداً وأن يتوقف عن الكبت والقهر الذى قد يعانى منهما الطفل فقد يكون ماديه بدافع الفيرة من أخيه الأصغر أو بدافع لفت النظر إليه.

ولكن اليقظة تملى على الأم وعلى الأب فالطفل أحياناً يطلب العطف الزائد بدافع حب السيطرة والتسلط والطفل المرتبك أكثر من غيره يطلب القرب أكثر من غيره وعلى الأم أن تلبى الطلب لأن تلبيته تمنحه المتعة وتمحو من نفسه ما شابهها من وحشة.

السبات:

يرتمى النائم ولكنه يحس ويتحرك مع بقاء عينيه مغمضتين.

الفالج:

زوال الحس والحركة عن بعض أعضائه.

اللقوة:

يتعوج وجه الشخص ولا يستطيع إغماض عينيه التشنج

تقلص عضون من أعضائه

الكابوس:

يحس فى نومه كأن إنسانا ثقيلا ارتمى عليه وضغطه وحبس أنفاسه

الاستسقاء:

ينتفخ البطن وغيره من الأعضاء ويستمر عطش المصاب

الجذام:

علة تعفن الأعضاء وتشنجها وتعوجها وتبع الصوت

السكته:

يكون الإنسان ملقى كالنائم يغط من غير نوم ولا يحس إذا لمس وجس

* * * * *

الفهرس

٣	طفلى
٥	الولادة
٥	الحمل الطبيعى هو البداية الحقيقية
٨	واء واء ونفس عميق
١٠	تقوى بألف سلامه
١٢	رضعى طفلك من ثديك
١٦	شهية الطفل
١٨	التسنين
١٨	كيف تتصرف الأم فى هذه الحالة
٢٠	الغذاء السليم لطفلك فى مراحل حياته الأولى
٢١	طفلك والغيرة
٢٤	مشاكل النوم عند الطفل
٢٨	طفلك وأسئلته الجنسية
٣١	التحصين
٣٣	كيف يكبر طفلى
٣٦	إبقاء الطفل راغبا مهتما

- ٣٧ _____ رد الفعل للآخرين
- ٣٨ _____ مراحل النمو حتى الشهر السادس
- ٤٢ _____ أمراض الشهور الستة الأولى
- ٤٥ _____ العمر تسعة شهور
- ٤٩ _____ من سنة إلى سنتين
- ٤٩ _____ إنفصال الأم والطفل
- ٥١ _____ صحة إبنك كما تتمنين
- ٥٤ _____ كيف أتعرف على صحة طفلي
- ٥٦ _____ شقاوة طفلي
- ٥٨ _____ الغناء يجعل طفلك سعيدا
- ٦٠ _____ مشكلات النمو
- ٦٣ _____ مواليد الربيع والخريف والصيف أطول عمرا من مواليد الشتاء
- ٦٥ _____ طفلي يمص أصبعه
- ١٣ _____ أوصاف عرييه مقتصبته للأمراض
- ٦٩ _____ الفهرس